

# Förderung Ihres Kindes, empfohlen von der Ergotherapie

Um in der Ergotherapie die gewünschten Ziele zu erreichen, ist es nicht ausreichend, dass Ihr Kind einmal wöchentlich zur Therapie kommt. Das Engagement der Eltern und der Bezugspersonen ist ausschlaggebend. Bitte unterstützen Sie ihr Kind, indem sie sich Zeit nehmen, um einige der unten aufgeführten Aktivitäten umzusetzen.

- **In die Natur gehen**
- **Spielplätze besuchen**
- **Spiele spielen (Regelspiele, Quizspiele, etc.)**
- **Kreativität fördern** → Basteln, Singen, Musik machen
- **Selbstorientiertes Spielen anregen** → Das Kind braucht eigene Ideen, um sich mit sich selbst beschäftigen zu können. Achten sie darauf, dass sich das Kind auch zeitweise sich selbst beschäftigen lernt/kann. Dies ist sehr wichtig, damit Eigenverantwortung und unabhängiges Handeln entwickelt werden kann.
- **Ohne Belohnungssysteme erziehen** → Belohnungssysteme sind oft eine große Motivation für Kinder. Sie werden jedoch kritisch betrachtet, da das Kind von außen motiviert wird. Die Motivation etwas zu tun ist abhängig von der Belohnung. Es wäre wünschenswert, dass das Kind eine intrinsische Motivation entwickelt.  
Wenn Belohnungssysteme angewendet werden, dann optimal für gezielte, einzelne Tätigkeiten (z.B. Zähneputzen), mit kleinen Belohnungen.
- **Ausreichend Schlaf** → Schlaf ist mit ausschlaggebend für gute Gefühlszustände und kognitive Leistungen (Konzentration, Durchhaltevermögen, Motivation, etc.) und lernen.
- **Ernährung** → Lebensmittel beeinflussen ebenfalls den Körper und den Geist. Achten sie auf eine abwechslungsreiche Ernährung mit wertvollen Nährstoffen. Zu viel raffinierter Zucker führt zu Stimmungsschwankungen, Leistungsschwankungen und Aggression.
- **Wenig digitale Medien** (Fernseher, Computer, Konsole, Tablet, etc.) → zu viel Medienkonsum und nicht kindgerechte Inhalte können ihrem Kind grundlegend, anhaltend schaden und die Konzentrationsfähigkeit weit herabsetzen. Angehendes Suchtverhalten ist bei Kindern mit hohem Konsum schnell zu beobachten (Wutausbruch, wenn Medium weggenommen wird, Suchtdruck und co. sind leider keine Seltenheit mehr). Zudem können falsche Inhalte zu psychischer Traumatisierung führen. Sie als erwachsene Bezugsperson sind dafür verantwortlich dem Kind einen gesunden Umgang mit digitalen Medien vorzuleben und anzuleiten.

- **Hausaufgaben** → Ziel ist es ihr Kind dabei zu unterstützen, selbstständig die Hausaufgaben zu erledigen. Sie sollen dem Kind nicht die Arbeit und das Denken abnehmen, jedoch für Hilfestellungen präsent sein. Erledigen sie selbst eine Aufgabe im Raum während ihr Kind die Hausaufgaben erledigt. Z.B. Bügeln, Wäsche falten oder Kreuzworträtseln. Helfen sie ihrem Kind so viel wie nötig und so wenig wie möglich. Nur so hat ihr Kind die Möglichkeit selbstständiges Lernen zu Lernen.
- **Haushaltführung** → beziehen sie ihr Kind selbstverständlich und kindgerecht mit in den Haushalt ein. Nicht nur die Kompetenz „Haushaltführung“ wird für die Zukunft gefördert, sondern auch wichtige Lernprozesse der Handlungsplanung, Grob- und Feinmotorik werden trainiert.
- **Graphomotorik verbessern** → Das Halten eines Stiftes und die richtige Führung bedeutet motorisches Lernen, das dann automatisiert wird. Automatisierte Bewegungen, z.B. Fahrradfahren müssen nicht mehr bedacht und bewusst ausgeführt werden. Damit eine Automatisierung der Stifthaltung stattfinden kann ist es sehr wichtig, dass das Kind 2-3 x wöchentlich, zusätzlich der Ergotherapie in den graphomotorischen Kompetenzen gefördert wird.
- **Geregelte Wochenstruktur** → Kinder brauchen einen Rahmen und Grenzen, die ihnen von außen gegeben werden. Z.B. feste Schlafzeiten, Morgenroutinen, freie Spielzeit. Auch wenn die schulischen Herausforderungen groß sind, ist es neben den schulischen Leistungen die Freizeit nicht zu unterschätzen. Das Spiel und freie Spiel ist relevant für Lernprozesse fürs Leben (Tiere trainieren im Spiel, wie sie ihre Nahrung beschaffen und sich verteidigen).
- **Eigenes Hobby** → für die Persönlichkeitsentwicklung und die sozialen Kompetenzen wird ein regelmäßiges Hobby empfohlen, was dem Kind Spaß macht

Viel Erfolg bei der Ausführung. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit.