

CORONAVIRUS COVID-19 @HOME

EIN PAAR HILFREICHE TIPPS ZUR BESSEREN BEWÄLTIGUNG DER AUSGANGSBESCHRÄNKUNG

@HOME

EINFLUSS VON SINNESSPIELEN AUF DIE EMOTIONEN DES KINDES

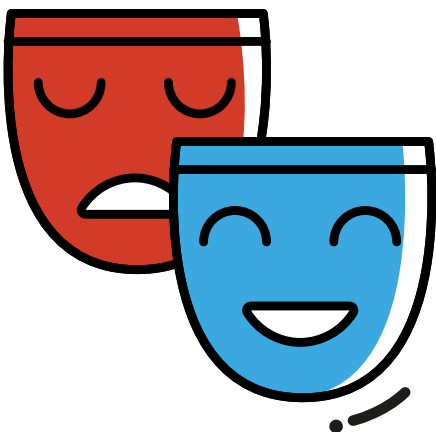
Im Moment stellt das Familienleben eine permanente Herausforderung dar. Wie können Stresssituationen vermieden werden, indem sich mit unseren 8 Sinnen amüsiert wird? Die Eindrücke des Geschmacks, des Geruchs und die auditiven, visuellen, taktilen, vestibulären, propriozeptiven und interozeptiven Sinne begleiten uns immer im Alltag.

Der taktile Sinn kommt immer dann zum Einsatz, wenn ein Kind ein Objekt oder eine Person berührt oder von jemand anderem angefasst wird. Der vestibuläre Sinn (Gleichgewicht, Balance) und der propriozeptive Sinn (Muskeln, Gelenke) sind immer involviert, wenn man sich bewegt und informieren das Gehirn über die Position des Körpers im Raum. Die Interozeption repräsentiert den Sinn für die inneren Vorgänge im Körper und informiert uns zum Beispiel, wenn wir Hunger oder Durst haben.

Die Sinnesempfindungen sind subjektiv und bei jedem Menschen anders. Sie variieren mit der Stimmung, dem körperlichen Empfinden und dem Konzentrationsniveau. Sinnesspiele sind nicht nur wichtig für die kognitive Entwicklung Ihres Kindes, sondern auch für das emotionale Wohlbefinden und die Regulierung des Verhaltens.



Wenn die verschiedenen Sinne weniger beansprucht werden als üblich, kann dies Auswirkungen auf das Verhalten unserer Kinder haben. Um die Entwicklung des Gehirns zu unterstützen ist es von größter Bedeutung die verschiedenen Sinne zu aktivieren, allerdings ohne dass eine Reizüberflutung stattfindet. Eine gute Regulierung der Sinne stellt die Basis für eine optimale emotionale Stabilität da. Sinnesspiele helfen den Kindern außerdem dabei ihre motorischen, sozialen und kommunikativen Kompetenzen zu verbessern und ihre Problemlösungsfähigkeit zu erweitern.



CORONAVIRUS COVID-19 @HOME

IDEEN FÜR SINNESSPIELE

Hier finden Sie einige Ideen für Aktivitäten, welche die Sinne anregen und sich zu Hause in der Familie ohne besonderes Material durchführen lassen:

Tastsinn: Spielen mit Teig zum Backen, Knetmasse, Fingerfarbe, im Boden des Gartens spielen oder mit anderen Naturmaterialien, Wasserschläuchen machen oder mit sich dem Schaum in der Badewanne vergnügen;

Vestibulärer Sinn : Von einer Kachel oder einem Teppich auf eine/n anderen springen, auf dem Bett hüpfen, sich auf dem Boden herumrollen, auf einer Wippe oder einer improvisierten Hängematte schaukeln, Purzelbäume schlagen oder sich mit Abzählreimen wie Ringelrosen beschäftigen ;

Propriozeption : in eine Kartonkiste oder einen Wäschekorb klettern, Kissen aufeinander stapeln oder sie auf den Körper des Kindes legen, kleine Möbel aufeinandertürmen, Schubkarre spielen, einen Parcours auf allen Vieren über die Möbel des Hauses veranstalten, über alte Zeitungen gleiten, Handspiele.



Contribution: Ergothérapie Fasbinder C./Eschbour A.

CORONAVIRUS

 covid19.lu

 8002 - 8080



LE GOUVERNEMENT
DU GRAND-DUCHÉ DE LUXEMBOURG