

ZUHÖREN MACHT SPASS!

Tipps & Ideen für Eltern

Zuhören ist wundervoll. Es schafft Nähe und Gemeinschaft, bringt Freude und neue Informationen. Aber leider ist Zuhören in der Familie manchmal auch der pure Frust.

Wir zeigen, wie das geht – ‚gutes‘ Zuhören. Mit nützlichem Wissen, guten Tipps und kreativen Ideen.

Damit Zuhören in der Familie richtig Spaß macht!

www.zuhoeren.de



WAS IST EIGENTLICH ZUHÖREN & ZUHÖRBILDUNG?



Was ist der Unterschied zwischen Hören & Zuhören?



Ohren auf, Töne rein – fertig? Das kommt drauf an, ob wir Hören oder Zuhören.

Hören beginnt schon im Mutterleib und passiert automatisch. Geräusch trifft Ohr, Ohr reagiert. Zuhören ist mehr: Zuhören ist aktiv. Wir WOLLEN zuhören. Zum Beispiel, wenn wir Musik genießen oder Vogelgezwitscher. Zuhören ist wichtig für uns, wenn wir einander verstehen wollen. Zuhören findet also nur zum Teil mit den Ohren statt - und auch mit Kopf, Körper und Herz.



Videotipp: Funktionen des Hörsinns



Warum ist gutes Zuhören so wichtig?

Ob uns zugehört wird, hat große Auswirkungen.

Das geht früh los: Kinder, denen zugehört wird, entwickeln mehr Sprachgefühl und können besser kommunizieren. Sie können sich selbst besser ausdrücken und Empathie aufbauen. Sie fühlen sich wahrgenommen und wertgeschätzt. Und für Erwachsene schafft das sprichwörtliche „offene Ohr“ Gemeinschaft, Nähe, Verständnis und Genuss.

Hören können wir von Anfang an. Zuhören müssen wir alle lernen, so wie Lesen und Schreiben. Zuhörbildung ist in jedem Alter wichtig, denn Zuhören lernen wir ein Leben lang.



Videotipp: Wozu Zuhörbildung?



Wie funktioniert (gutes) Zuhören?

Zuhören, aber gut. Wie geht das?

Fürs Zuhören entscheiden wir uns bewusst. Denn Zuhören ist eine Haltung.

Nehmen wir uns Zeit? Konzentrieren wir uns auf die Situation? Lassen wir uns aufeinander ein? Dann kann eine gute, wertschätzende Zuhörsituation entstehen.



Lesetipp: 5 goldene Zuhörregeln



Für wen ist Zuhörbildung?

Zuhörbildung ist für alle da. Denn Zuhören ist das ganze Leben lang wichtig! Und es ist nie zu früh oder zu spät, sich mit dem Zuhören zu beschäftigen. Schon Babys und Kleinkinder profitieren davon, wenn ihnen gutes Zuhören vorgelebt und beigebracht wird. Und gerade auch für Erwachsene lohnt es sich, das eigene Zuhören zu hinterfragen und mehr dazu zu lernen!



Zuhören macht Spaß! Tipps und Ideen für Eltern
© 2022
www.zuhoeren.de

Stiftung
Zuhören

ZUHÖRBOX



1 Handy weg!

Handy, Buch, Kochlöffel ... was Sie gerade in der Hand haben. Weg damit! Wenn Sie zuhören wollen, macht alles andere Pause. So signalisieren Sie sich selbst und anderen: Jetzt geht es um dich! Das schafft Konzentration und eine positive Atmosphäre.

2 Hinsetzen!

Stuhl, Sofa oder Picknickdecke: Bitte Platz nehmen! Dadurch nehmen Sie sich bewusst Zeit. Sie sind nicht mehr „auf dem Sprung“, sondern mitten in der Situation. So fühlt sich Ihr Gegenüber entspannt und wichtig genommen.

3 Ruhe!

Musik im Hintergrund? Gespräche im Nebenzimmer? Hupkonzert vor dem Fenster? Weg damit! Je mehr Geräusche, desto schwieriger ist es, sich zu konzentrieren. Machen Sie das Radio aus und Türe und Fenster zu. So wird das Sprechen und Zuhören viel leichter und angenehmer.

4 Hinschauen!

Zum Zuhören gehören die Augen. Denn Konzentration und Aufmerksamkeit folgen dem Blick. Schauen Sie ihr Gegenüber an, während Sie zuhören. Achten Sie auf Gestik und Mimik. Das hilft, zu verstehen, was der oder die andere sagt – und zeigt, dass Sie aufmerksam und interessiert sind.

5 Nachfragen!

„Aha“, „Mhm“, „Soso“ ... Zum Zuhören gehört auch Reagieren. Und zwar richtig. Das bedeutet, sich aufeinander einzulassen, mitzufühlen und gezielt nachzufragen. So entstehen Verständnis, Empathie und Nähe.



ZUM AUSPROBIEREN ...

Machen Sie doch mal eine ... **Ohren-Massage!**

Das brauchen Sie

Ihre Ohren, Ihre Finger und 5 Minuten Zeit



So funktioniert es

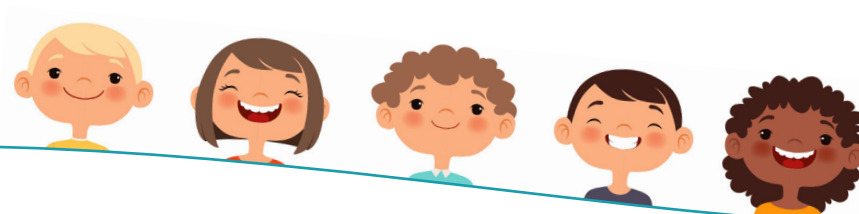
Schließen Sie die Augen und legen Sie die Finger an die Ohren.
Nun beginnen Sie, die Ohren langsam zu massieren.
Zuerst wird das Ohrläppchen durchgeknetet.
Dann massieren Sie das ganze Ohr von unten nach oben.
Wer mag, darf seine Finger wie Ameisen über die Ohren tanzen lassen.
Anschließend werden die Hände über die Ohrmuscheln gelegt, als wolle man sich die Ohren zuhalten.
Man konzentriert sich kurz auf die Stille und öffnet schließlich die Ohren wieder.

Impulsfragen für die Durchführung mit Kindern

Wie fühlt sich das Ohr an?
Ist das Ohr warm oder kalt?
Welche Berührung ist angenehm, welche komisch?
Was hörst du, wenn du die Ohren zuhältst?

Dafür ist die Ohren-Massage gut

Innehalten und ruhig werden
Konzentrationsfähigkeit
Schärfung der auditiven Wahrnehmung



Zuhören macht Spaß! Tipps und Ideen für Eltern
© 2022
www.zuhoeren.de

Stiftung
Zuhören

ZUHÖRBOX 

WER, WIE, WAS?



Was macht eigentlich die Stiftung Zuhören?

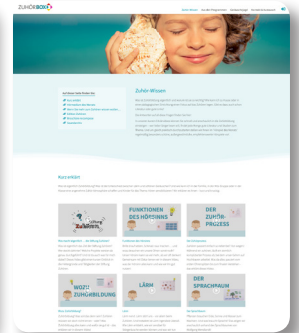
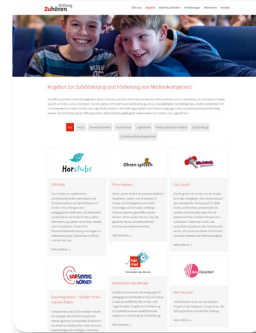
Zuhören ist unsere Leidenschaft.

Wir bei der Stiftung Zuhören wollen, dass Zuhören und Kommunikation gelingen.

Deshalb vermitteln wir Zuhörbildung:

Wir bieten Programme für Kinder und Jugendliche an, bilden Pädagog*innen fort, machen Elternabende und informieren über Zuhörbildung.

zuhoeren.de | zuhoerbox.de



Hörclubs

- Für Kinder der 1.-6. Klasse
- Zuhörbildung in der Schule
- Fortbildungen für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte
- pädagogische Materialien für den sofortigen Einsatz
- aktuelle Angebote zur Zuhörbildung

hoerclubs.de

Lilo Lausch



- Für Krippe und Kindergarten
- Ideen, Lieder und Spiele zum Zuhören
- Fortbildungen mit praktischen Ideen
- umfangreiches Material für die Zuhörbildung

lilolausch.de

Klang.Forscher!

- Für Klasse 5 bis 10
- Forschendes Lernen zum Thema Klang
- Unterstützung durch Mediencoaches
- Erstellung eigener Hörstücke

hoer-forscher.de



... und Vieles mehr.

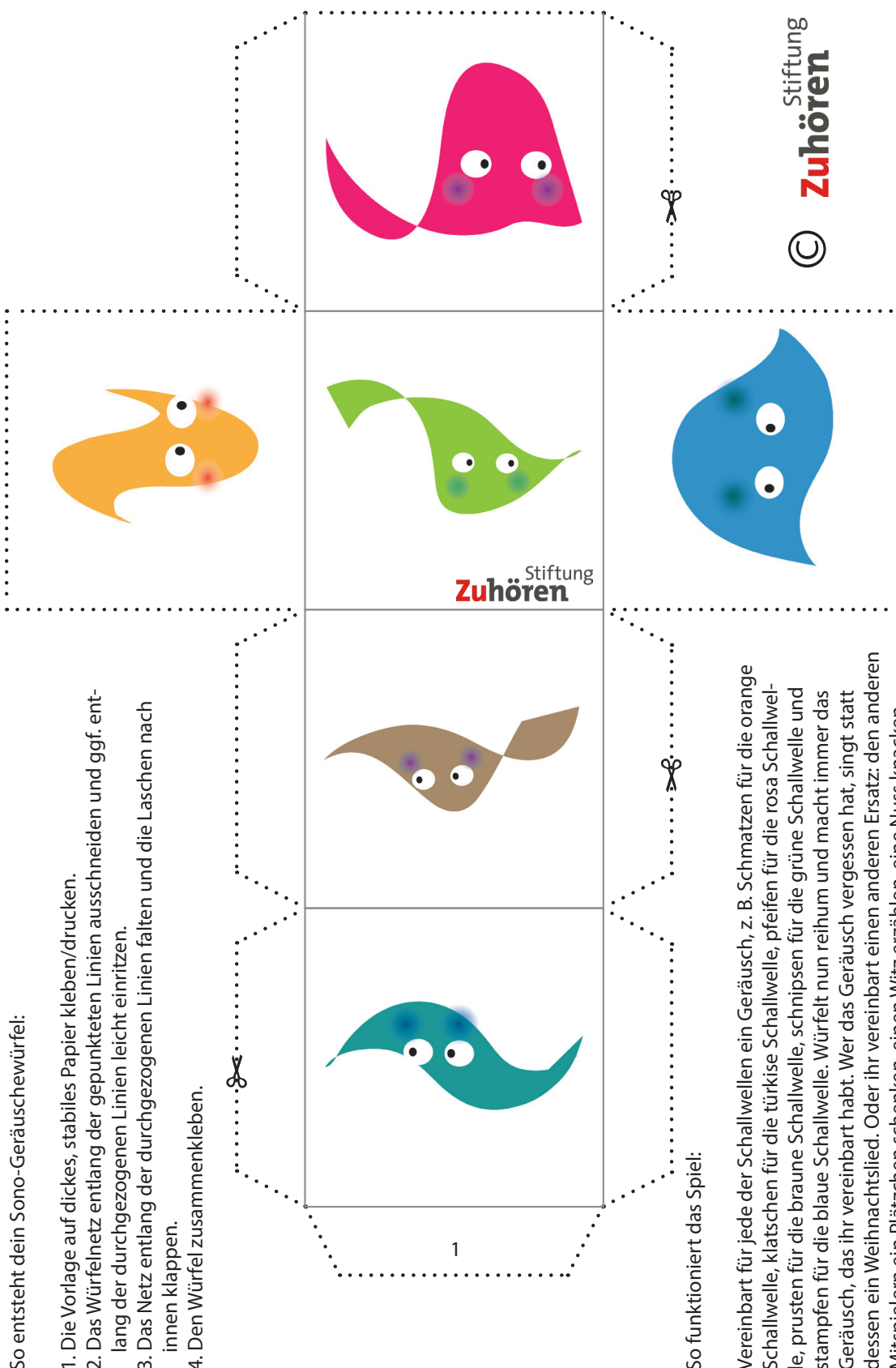


Zuhören macht Spaß! Tipps und Ideen für Eltern
© 2022
www.zuhoeren.de

Stiftung
Zuhören

ZUHÖRBOX

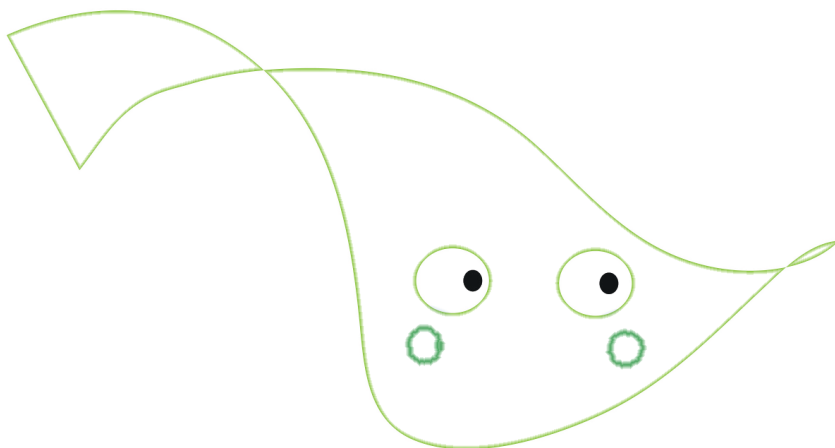
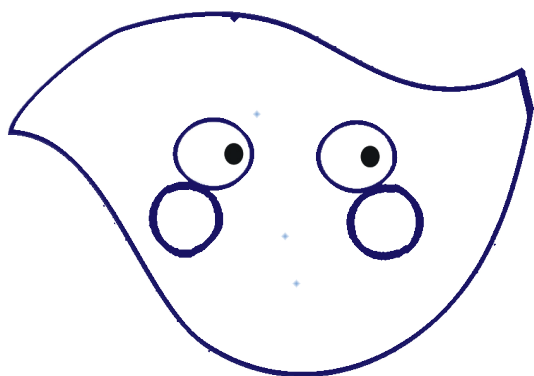
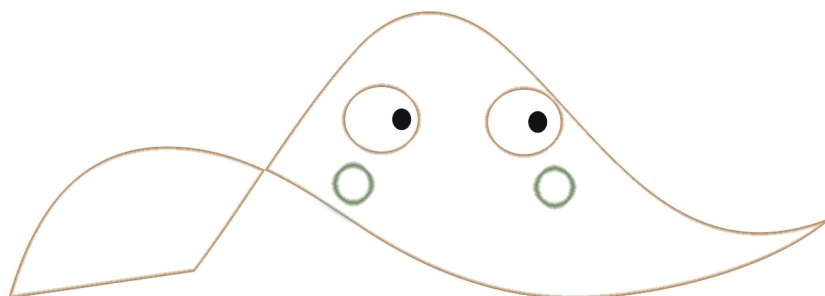
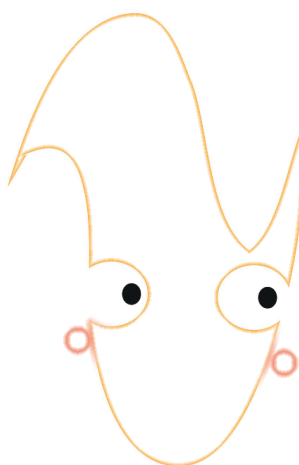
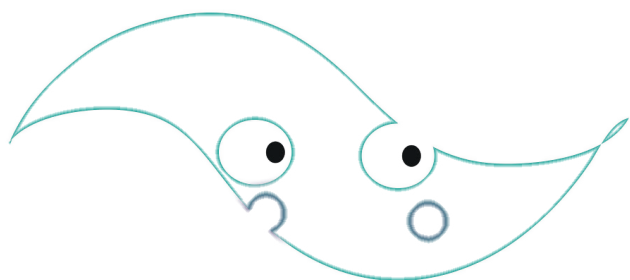
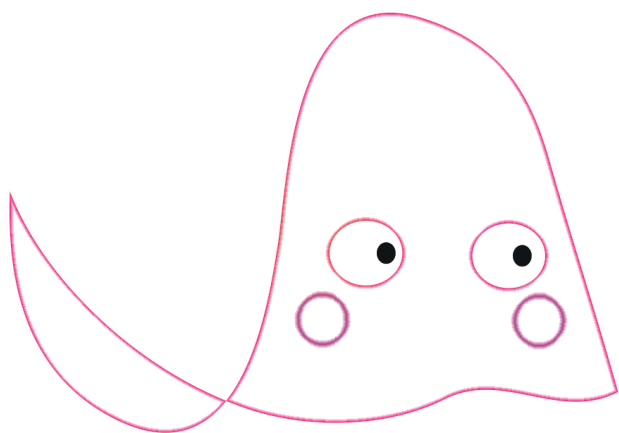
MALEN & BASTELN



MALEN & BASTELN

Male unsere Sono-Schallwellen bunt aus!
Du kannst sie auch ausschneiden und ein
neues Bild mit ihnen gestalten.
Was glaubst du, wie die einzelnen Wellen
klingen?

Viel Spaß!



MALEN & BASTELN

