

Herausgeber:

Friederike Beyer

Blinden- und Sehbehindertenpädagogin

12105 Berlin

Email: fbeyer@gmx.de

Beratungsstelle für Sehbehinderte (BfS)

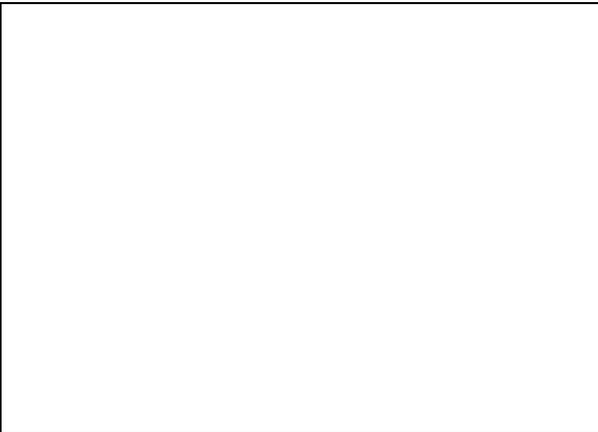
Bezirksamt Mitte von Berlin

Reinickendorfer Straße 60 B

13347 Berlin

Tel.: 030/9018 45246

Email: bfs@ba-mitte.verwalt-berlin.de



Elternforen im Internet (Auswahl):

www.dbsv.org/elternberatung

www.besksk.org,

www.blista.de

www.sehbehinderte-kinder.de

www.angeborener-grauer-star.de

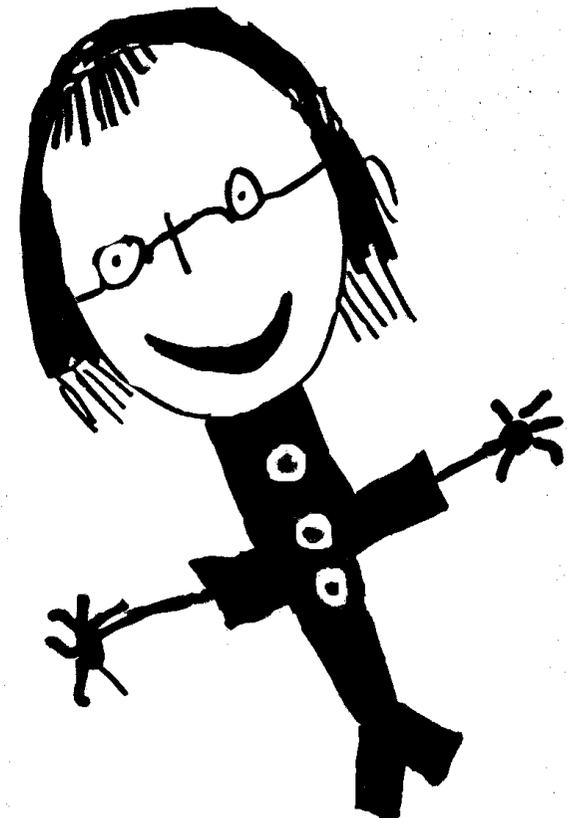
www.glaukom-kinder.de

Copyright © 2011 BfS

Wie helfe ich meinem Kind?

Empfehlungen

für Eltern sehbehinderter Kinder



- ❖ Ihr sehbehindertes Kind kann sehen. Behandeln Sie es nie so, als wäre es blind. Helfen Sie ihm stattdessen, sein Sehen so gut wie möglich zu entwickeln.
- ❖ Ihr Kind kann Ihnen vielleicht nicht in die Augen sehen. Es erkennt eventuell auch nicht Ihren Gesichtsausdruck! Gehen Sie mit dem Gesicht nah an es heran, sprechen Sie viel und deutlich mit ihm und fassen Sie es häufiger an.
- ❖ Testen Sie ob genügend Licht an ist. Kaltlichtleuchten sind z.B. günstig. Da, wo Ihr Kind spielt, muss eine gute Beleuchtung sein. Wenn es schon am Tisch spielt oder arbeitet, braucht es eine zusätzliche Arbeitsleuchte. Auch Treppenstufen müssen gut sichtbar sein. Zeigen Sie Ihrem Kind, wo die Lichtschalter sind, und kleben Sie etwas Buntes darauf.
- ❖ Erleichtern Sie Ihrem Kind das Sehen, indem Sie Kontraste verwenden. Legen Sie z.B. eine schwarze Unterlage unter Essgeschirr und Spielmaterialien.
- ❖ Wenn Ihr Kind blendempfindlich ist, achten Sie darauf, dass man in der Wohnung nie direkt in eine Glühbirne hineinsehen kann. Deckenfluter sind z.B. günstig. Bauen Sie Ihrem Kind eine dunkle Ecke, wo es sich erholen kann, z.B. eine Bude. Setzen Sie Ihrem Kind draußen eine Basecap auf und fragen Sie Ihren Augenarzt nach einer Lichtschutzbrille für sonnige Tage oder Schnee.
- ❖ Schauen Sie mit Ihrem Kind jeden Tag ein Bilderbuch an. Achten Sie auf große, klare Bilder und kräftige Farben. Lassen Sie das Kind so nah an das Buch herangehen, wie es will. Erzählen Sie, was zu sehen ist, und lassen Sie Ihr Kind erzählen.
- ❖ Begeistern Sie Ihr Kind für das Malen. Manche sehbehinderte Kinder mögen z.B. gerne Wasser- oder Fingerfarben oder dicke Filzstifte (keine Öko-Buntstifte). Die meisten sehbehinderten Kinder malen jedoch anders als andere Kinder, das ist normal. Lassen Sie sich erzählen, was es gemalt hat und loben Sie immer seine Bilder!
- ❖ Ihr Kind sollte sich viel bewegen. Gehen Sie mit ihm schwimmen, lassen Sie es barfuß laufen und auf Klettergerüste klettern, toben Sie mit ihm draußen herum, lassen Sie es Dreirad fahren. Es kann auch in ruhiger Umgebung Fahrrad fahren. Machen Sie ihm nie Angst, sondern ermutigen und loben Sie es. Sie sind ja dabei und passen auf!
- ❖ Sehbehinderte Kinder müssen besonders darin geschult werden, ihre Hände zu gebrauchen. Geben Sie Ihrem Kind daher immer Spielzeug, mit dem es "arbeiten" kann: Alltagsgegenstände wie Töpfe, Teller, Becher; weiche Knete, Steckspiele, Legosteine; lassen Sie es Papier oder Kataloge zerreißen und zerknüllen, usw.
- ❖ Zeigen Sie Ihrem Kind die Welt! Es kann fast alles sehen und verstehen, wenn es nah herangehen kann und genügend Zeit bekommt. Lassen Sie Ihr Kind Gegenstände immer gleichzeitig mit den Augen und den Händen anschauen. Gehen Sie z.B. mit ihm nach draußen, geben Sie ihm Blätter, Steine, Zapfen in die Hand und erklären Sie, was es ist.
- ❖ Erlauben Sie Ihrem Kind, so nahe wie es möchte vor dem Fernsehgerät zu sitzen. Kurze Tierfilme oder langsame Zeichentrickfilme sind für viele sehbehinderte Kinder gut zu erkennen. Wenn Sie kurze Sendungen auf Video aufnehmen, kann sie ihr Kind mehrmals anschauen, auch in Zeitlupe, und so besser verstehen.
- ❖ Lassen Sie Ihr Kind vieles selbst tun. Seien Sie nur dabei, reden Sie ihm gut zu und helfen Sie so wenig wie möglich. So wird es selbstständig und stolz auf sich.
- ❖ Fragen Sie Ihr Kind nie: "Siehst du das?" – Es wird immer mit "Ja" antworten, denn es weiß ja nicht, was Sie sehen. Fragen Sie es immer: "Was siehst du? – Beschreibe es mir!"
- ❖ Nehmen Sie Frühförderung in Anspruch. Stellen Sie der Frühförderin alle Fragen, die Sie bewegen, auch mehrmals. Sie ist für Sie da! Kontakte zu anderen Eltern und Informationen über Sehbehinderung finden Sie auch im Internet.