

Diese Memokarten können
doppelseitig ausgedruckt werden:
Bindung auf kurzer Seite links!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1a



Don't: Das Baby für unsere eigenen Gefühle verantwortlich machen

Du machst mich richtig wütend!

Du raubst mir noch den letzten Nerv!

Du treibst mich noch in den Wahnsinn.

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1b



Don't: Dem Baby pauschal (negative) Eigenschaften zuordnen

Immer machst du ärger.

Das ist ja wieder typisch!

Du bist so ein mühsames/grobes... Kind

Kannst du nicht einmal, das tun, was man sagt?

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1c



Don't: Auf Misserfolge besserwisserisch reagieren

Siehst du, das habe ich dir ja gesagt!

Das war ja von Anfang an klar. Selber schuld!

Du hast es nicht anders gewollt.

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1d



Don't: Auf ärgerliches Verhalten mit Drohungen oder Strafen reagieren

Wehe du machst das noch einmal!

Ich warne dich, wenn du noch einmal...

Ich werde es dir nicht noch einmal sagen!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1b



Do: Ich-Botschaften mit eigenen Gefühlen und Wünschen senden

Die Situation ist gerade schwierig für mich.
Ich mag es nicht, wenn...
Ich wünsche mir, dass...

Stopp! Nimm bitte deine Hand
hier weg. Es ist mir wichtig, dass...

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1a



Do: Eigene Gefühle ohne Schuldzuweisungen beschreiben

Das ist gerade
eine
schwierige
Situation für

Ein Teil in mir ist
gerade wütend/
frustriert/traurig...

Ich merke, wie die
Wut in mir wächst.

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1d



*Do: Grenzen kommunizieren und begründen
(und dann Ursachen des Verhaltens suchen)*

Stopp! Warte bitte, bis das Kind vor dir
gerutscht ist. Das andere Kind könnte sich
verletzen, wenn du es schubst.

Ja, ich verstehe, dass du jetzt gerne rutschen
willst. Es ist nicht immer einfach, zu warten...

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1c



*Do: Dem Baby neutral beschreiben, was
gerade passiert ist*

Du wolltest vorwärts die Stufe
runter. Du konntest dich nicht
halten. Jetzt hast du dir den Kopf
gestossen mich!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1e



Don't: Starke Gefühle des Babys leugnen und möglichst schnell stoppen wollen

Das ist doch nicht so schlimm!

Mach doch nicht so ein Theater!

Du musst nicht weinen, alles ist gut!

Es ist nichts passiert!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1f



Don't: Die Anstrengungen des Babys herabwerten und vorschnell helfen

Das schaffst du schon, das ist gar nicht so schwierig!

Das ist ganz einfach, komm ich zeige es dir!

Ich helfe dir!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1g



Don't: Das Baby mit anderen vergleichen (und Erwartungen daran knüpfen)

Alle anderen Kinder in deinem Alter können....

Schau mal wie dieses Kind schon... kann! Da kannst du grad abschauen!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1h



Don't:

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1f



*Do: Die Anstrengungen des Babys
anerkennen und Zurückhaltung üben*

Es braucht wirklich viel
Fingerspitzengefühl, um...

Manchmal hilft
es, wenn...

Es kann ganz
schön kompliziert
sein.

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1e



*Do: Starke Gefühle des Babys beschreiben und
verständnisvoll begleiten*

Du hast dir
weh getan!

Du siehst
wütend/traurig... aus

Es frustriert dich, dass...

Ich kann verstehen, dass dich das
wütend/traurig... macht!

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1h



Do:

so* kommunizieren mit meinem Baby
*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend

Memokarte 1g



*Do: Vergleiche vermeiden, auf individuelle
Bedürfnisse und Fortschritte fokussieren*

Jetzt fällt es dir wirklich schon viel leichter als
letzte Woche, allein aufzustehen.

Dir fällt es wirklich gerade schwer, sitzen
zu bleiben. Du möchtest dich bewegen.