



Übungen zum 2. Kursblock: so* mit dem Baby interagieren...

Inhaltsverzeichnis

2.1	Was tust du da? – Notizen zur Einstiegsübung	2
2.2a	Objekt-, Geräusch- und Gebärdensprache.....	2
2.2b	Erfahrungen mit der Babygebärdensprache sammeln	3
2.3a	Lina geht zum Arzt – Notizen zum Beispielszenario.....	4
2.3b	Ich nehme mir Zeit für dich! – Erfahrungen festhalten.....	4
2.3c	Es kooperiert nicht! – Widerstand reflektieren	5
2.4a	Lina in der Küche – Notizen zum Beispielszenario	6
2.4b	Belehrungs- und Belohnungsfälle – Alternativen entwickeln	6
2.5a	Linas Grosseltern betreuen Lina – Notizen zum Beispielszenario.....	7
2.5b	Mythen entlarven und hinterfragen	8
2.6a	Step by Step – Tages-/Wochenschwerpunkte setzen	9
2.6b	Ich erinnere mich... – Erinnerungshilfen schaffen.....	9
	Ach so ist das!.....	10
	Platz für weitere Notizen.....	11

Mit den Übungen in diesem Dossier kannst du die Inhalte der Videos vertiefen. Wähle diejenigen Übungen aus, die dir für dich gerade sinnvoll erscheinen und von denen du das Gefühl hast, dass sie dich weiterbringen.

2.5b Mythen entlarven und hinterfragen

Vertiefende Übung zum Video 2.5

Einige Mythen rund um das Weinen des Babys bei Trennungen halten sich noch heute hartnäckig. Es kann uns helfen, uns bewusst zu machen, welche Mythen uns vielleicht doch unbewusst manchmal leiten oder verunsichern. Im Folgenden beschreiben wir dir einzelne Situation in denen solche Mythen auftauchen. Du kannst dir neben jeder Situation deine Gedanken dazu notieren.

Die Situation	Meine Gedanken dazu
Ein Baby weint in seinem Zimmer. Sobald es aber hört, dass jemand die Türe öffnet ist es wieder ruhig. Die Eltern schliessen daraus: «Es fehlt ihm gar nichts, es will uns nur testen»	
Eine Mutter gibt ihr Baby zum ersten Mal einer Freundin. Als das Baby zwei Stunden nach der Trennung immer noch weint, ruft die Freundin die Mutter an und fragt, ob sie nicht zurückkommen wolle. Die Mutter meint «Das Baby hat ja dich, ihm fehlt nichts».	
Eltern hatten ihr Baby vier Nächte lang im eigenen Zimmer weinen lassen. Nun schläft es ohne zu weinen ein und durch. Daraus schliessen die Eltern: «Es hat funktioniert, unser Baby hat gelernt, sich ohne uns zu beruhigen und einzuschlafen.»	
Bei einem Abendessen bei den Grosseltern fängt das Baby im Kinderwagen an zu schreien. Der Grossvater meint: «Lass es nur etwas weinen, das ist gut für die Stimmbänder».	
Ein Vater beklagt sich bei einem Freund, dass er es anstrengend finde, sein Baby im Haus überallhin mitzunehmen, weil es weint, sobald er weggeht. Der Freund meint darauf: «Lass es auch mal weinen, sonst wird es nie lernen, ohne dich klarzukommen.»	

2.6a Step by Step – Tages-/Wochenschwerpunkte setzen

Vertiefende Übung zum 2. Kursblock

Um sich die *subjektorientierte* Kommunikation anzueignen, ist es sinnvoll, sich kleine Schwerpunkte zu setzen und nicht alles auf einmal ändern zu wollen. Du kannst dir z.B. Tages- oder Wochenschwerpunkte setzen. Wähle aus den folgenden Schwerpunkten einen passenden für den nächsten Tag oder die nächste Woche aus oder suche nach eigenen Tages- oder Wochenschwerpunkten:

- Ich will mit dem Einsatz der Objekt-/Geräusch und/oder Gebärdensprache experimentieren.
- Ich nehme mir einmal am Tag bewusst Zeit, um in eine echte Interaktion mit meinem Baby zu treten, während ich etwas an ihm mache (z.B. wickeln, anziehen oder baden).
- Ich will mich darin üben, die Sicht des Babys einzunehmen und verständnisvoll zu formulieren, wenn das Baby andere Ziele hat als ich (wenn es nicht kooperiert).
- Ich will damit experimentieren, mehr spielerische Leichtigkeit in Situationen zu bringen, in denen das Baby nicht mitarbeitet.
- Ich will das Autonomiebedürfnis des Babys nähren, indem ich mich immer mal wieder von seinen Spielinputs komplett leiten lasse und/oder Machtumkehrspiele initiiere.
- Ich will damit experimentieren, das Baby, wenn es sich interessiert, in meine Aktivitäten einzubeziehen (z.B. Handlungen kommentieren, Objekte erforschen lassen, Tätigkeit erforschen lassen).
- Ich will mich darin üben, die Tätigkeiten des Babys beschreibend («Kameraperspektive) statt belehrend oder bewertend zu kommentieren.
- Ich will mir Zeit nehmen, um das Baby auf kurze oder lange Trennungen vorzubereiten, indem ich die Trennungen ankünde.
-
-
-

Für die Arbeit an deinen Tages- oder Wochenschwerpunkten kannst du dir z.B. ein Lerntagebuch zulegen, in welchem du deine Schwerpunkte notierst und reflektierst.

2.6b Ich erinnere mich... – Erinnerungshilfen schaffen

Vertiefende Übung zum 2. Kursblock

Vielleicht hast du im 1. Kursblock schon eine passende Erinnerungshilfe gefunden. Vielleicht suchst du noch eine oder du willst deine alte Erinnerungshilfe anpassen. Wie kannst du dich im Alltag daran erinnern, subjektorientiert zu kommunizieren?

- Strategiekarten zu den Kursen aufhängen
- Ein bestimmtes Hintergrundbild auf dem Handy/PC einrichten, das mich erinnert
- Eine bestimmte regelmässige Tätigkeit, die mich daran erinnert (z.B. beim Pflanzengiessen/ Zähneputzen...): _____
- Einmal/mehrmals am Tag einen Wecker stellen
-
-

