

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



## 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.

## Memokarte 1b



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

Immer machst du ärger.

Du bist so ein mühsames/grobes... Kind

Das ist ja wieder typisch!

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

## 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.

## 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

## 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

## 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

## 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

## 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!

## 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!

## 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!

## 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 anschauen!

## Memokarte 1h



*Don't:*

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## 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

## 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

## Memokarte 1h



*Do:*

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## 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.

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2a



*Don't: Das Baby nicht in unsere Handlungen an ihm miteinbeziehen*

Noch schnell,  
schnell wickeln...

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2b



*Don't: «Ok-Fragen» stellen, wenn das Baby keine Wahl hat*

Wir gehen gleich aus dem  
Haus, ok?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2c



*Don't: Das Baby beschimpfen, wenn es nicht kooperiert*

Kannst du nicht einfach  
mal stillhalten?

Jetzt mach doch  
nicht so ein  
Theater!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2d



*Don't: Bei Widerstand resignieren und dem Baby dafür die Schuld geben*

Dann lassen wir es halt,  
wenn du so mühsam bist...

Weil du so doof getan hast  
beim Anziehen gehen wir jetzt  
halt nicht auf den Spielplatz!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2b



*Do: Dem Baby eine Wahl lassen (z.B. wo, mit wem, wann oder wie es etwas tun will)*

Ich will dir einen Pullover anziehen, möchtest du diesen oder diesen?

Ich will, dass du heute noch badest, möchtest du mit mir oder Papa baden?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2a



*Do: Das Baby in die Handlungen an ihm einbeziehen (vorankündigen, kommentieren...)*

Hallo mein Schatz, ich will dir gleich eine frische Windel anziehen. Schau, hier ist die Windel.

Ich ziehe dir deine Hosen aus... Jetzt öffne ich die Windel...

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2d



*Do: Bei Widerstand empathisch bleiben und nach Alternativen suchen*

Ok. du willst wirklich keinen Pullover anziehen. Komm, wir schauen, ob ein Jäckchen besser ist.

Ok. das ist für uns beide gerade schwierig und mühsam. Wie könnten wir es beide einfacher haben?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2c



*Do: Verständnis zeigen, wenn das Baby nicht kooperiert*

Ja, du hast heute wirklich schon viel mitgearbeitet und jetzt verlange ich noch mehr...

Ich sehe, das ist gerade schwierig für dich. Du hättest lieber weitergespielt...

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2e



*Don't: Die Aufmerksamkeit verweigern, wenn wir beschäftigt sind*

Lass mich in Ruhe,  
ich habe keine Zeit!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2f



*Don't: Eine klare Grenze zwischen Spielwelt und Erwachsenenwelt ziehen*

Ich putze gerade. Spiel  
du doch etwas mit  
deinen Autos.

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2g



*Don't: Das Baby belehren und ihm zeigen wie etwas «richtig» geht, wenn es nicht darum bittet*

Nein, diese Kugel ist für die  
Kugelbahn gedacht, nicht zum  
Rollen auf dem Boden. Komm,  
ich zeig dir, wie es richtig geht!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2h



*Don't: Das Baby für angemessenes Verhalten (z.B. helfen oder teilen) loben oder belohnen*

Super machst du das. Und weil  
du so schön geholfen hast, gibt's  
nachher noch ein Stück  
Schokolade zum Nachtisch

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2f



*Do: Dem Baby einen Zugang zu Alltagsobjekten und Alltagsaktivitäten bieten*

Das ist ein Besen. Magst du mal fühlen, wie sich die Borsten anfühlen?

Das ist eine Pfanne. Möchtest du auch eine haben?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2e



*Do: Kurz Aufmerksamkeit schenken, um zu bestätigen, dass wir noch präsent sind*

Oh, ich sehe, du hast die Puppe in den Lastwagen gelegt

Magst du kurz hochkommen und sehen, was ich gerade tue?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2h



*Do: Den Fokus auf die gemeinsame Zeit oder auf den positiven Effekt legen*

Ich genieße es, mit dir gemeinsam zu kochen und Zeit zu verbringen.

Danke, dass du mir hilfst, dann muss ich nicht alles alleine machen und wir sind schneller fertig.

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2g



*Do: Interesse daran zeigen, was das Baby tut und wie es das tut*

A, du rollst die Kugel über den Boden. Sie rollt ganz schön weit, nicht wahr?

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2i



*Don't: Sich davonschleichen, wenn man das Baby verlässt*



so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2j



*Don't: Ein weinendes Baby alleine lassen*

Du musst jetzt lernen, damit klarzukommen, auch mal alleine zu sein!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2k



*Don't: Ein weinendes Baby alleine lassen*

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2l



*Don't:*

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2j



*Do: Einem weinenden Baby Nähe, Zuneigung und Verständnis schenken*

Du hättest jetzt gerne deine Mama bei dir. Es ist ok., dass dich das traurig macht. Wir gehen da zusammen durch!

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2i



*Do: Sich abmelden, wenn man das Baby verlässt*

Ich gehe kurz in den Keller etwas holen, ich bin gleich wieder da!

Heute ist Papa-Tag. Ich gehe arbeiten und komme Abends wieder nachhause.

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2l



*Do:*

so\* kommunizieren mit meinem Baby  
\*subjektorientiert

## Memokarte 2k



*Do:*