

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!

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...

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.

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...

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 abschauen!

Memokarte 1h



Don't:

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. ...

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!

Memokarte 1h



Do:

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.

Memokarte 2a



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

Noch schnell,
schnell wickeln...

Memokarte 2b



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

Wir gehen gleich aus dem
Haus, ok?

Memokarte 2c



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

Kannst du nicht einfach
mal stillhalten?

Jetzt mach doch
nicht so ein
Theater!

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!

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?

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...

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?

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...

Memokarte 2e



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

Lass mich in Ruhe,
ich habe keine Zeit!

Memokarte 2f



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

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

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!

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

Memokarte 2f



Do: Dem Baby einen Zugang zu Alltagsobjekten und Alltagstätigkeiten bieten

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

Das ist eine Pfanne. Möchtest du auch eine haben?

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?

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.

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: