

so\* kommunizieren mit meinem Baby

*\*subjektorientiert: einfühlsam, wertschätzend, stärkend*



## Übung 4.6b – Stress überbrücken Techniken einüben

Hier kannst du protokollieren, mit welchen Techniken du experimentiert hast, um Stressreaktionen zu überbrücken.

Das war die Situation	Diese Technik habe ich ausprobiert	So ist es mir dabei ergangen