



## Übung 2.4b – Belehren & Belohnen

### Auswege aus den Fallen finden

Babys und Kinder zu belehren oder (oft mit Lob) zu belohnen ist in vielen von uns tief verankert. Erfahrungsgemäss dauert es eine Weile, bis man sich das abgewöhnen kann. Wir werden im letzten Kursblock noch vertiefter darauf eingehen, warum Lob – ebenso wie jede andere Form der Belohnung – häufig nicht sinnvoll ist. Wenn du willst, kannst du jetzt schon damit anfangen, Belehrungen und Belohnungen durch Alternativen zu ersetzen. Ein erstes Etappenziel könnte sein, dass du mit einer wohlwollenden Haltung dir selbst gegenüber schnell eine neue Alternative hinterherlieferst, wenn du dich beim Belehren oder Belohnen ertappst.

#### Alternativen zum Belehren:

- Fokus auf die Tätigkeit statt auf das Ziel richten und neugierig beobachten, was das Baby tut.
- Eine beschreibende Sprache verwenden (Beschreiben was man selbst tut oder beschreiben, was das Baby tut).

#### Alternativen zum Belohnen (in Situationen, in denen es um gutes Verhalten geht):

- Fokus auf das Beisammensein («Es ist schön, mit dir Zeit zu verbringen»)
- Fokus auf die positive Auswirkung («Weil du..., ist jetzt...»)
- Beschreiben, was das Baby getan hat («Du hast ganz alleine...»)\*

Situationen, in denen ich belehrt/gelobt habe	Diese Alternative habe ich nachgeliefert	Das hätte ich noch sagen können

\*Auf diese Alternative gehen wir im 5. Kursblock noch genauer ein

