


PEP4Kids – Positiv-Tagebuch

Aus dem Buch **PEP4Kids** (ISBN 978-3-7655-6453-6)
Seiten 60-62

Worum geht es? Das Kind zu würdigen und wertzuschätzen. Dies gelingt in dem Sie das Kind ganz bewusst von seiner positiven Seite sehen.

 Übung: Notieren Sie, was mit Ihrem Kind gut gelaufen ist und worüber Sie sich gefreut haben oder stolz auf Ihr Kind sind. Denken Sie dabei auch an kleine Ereignisse. Schreiben Sie auch auf, wie Sie auf die Ereignisse reagiert haben.

Positiv-Tagebuch		
Datum	Was war gut?	Meine Reaktion darauf

Ein Positiv-Tagebuch schreiben. Nehmen Sie sich jeden Abend Zeit, den Tag noch einmal in Gedanken durchzugehen. Überlegen Sie dabei, was an diesem Tag mit Ihrem Kind gut oder besser als üblich gelaufen ist und worüber Sie sich gefreut haben.

Sprechen Sie mit Ihrem Kind über die Ereignisse des Tages. Beginnen Sie dabei mit den positiven Ereignissen.

Viel Erfolg beim Positiv-Tagebuch!

PEP4Kids

Nieder-Ramstädter Str. 60Drosselweg 18
64372 Ober-Ramstadt
T +49 (0) 6154 60 99 162
office@pep4kids.de