Dein Skript zum Impulsthema:

Lob, Kritik, Ermutigung

Lob ist die Kehrseite der Kritik. Sie ist zwar positiv und oft lieb gemeint, aber dennoch ist es dasselbe wie Kritik:

eine Beurteilung

Lob hat somit nichts mit Gleichwürdigkeit und Wertschätzung zu tun. Lob geht immer mit einer Leistung einher. Die Botschaft, was das Kind in sich aufnimmt ist, dass es sich die Liebe der Eltern erst durch eine Leistung verdienen muss.

Leistung bedeutet Lob bedeutet Zuneigung und Liebe, deshalb ERMUTIGE dein Kind, so erfährt es, dass du es liebst, so wie es ist.

5 Ermutigungsformen:

1. **Sage nichts.** Lächle dein Kind an und erfreue dich an ihm
2. **Bewertungsfreie Rückmeldung:** z.B. „Hey, du machst ja Purzelbäume, ich sehe wie dir das Spaß macht.“
3. **Stelle Fragen:** “Was glaubst du, hast du gut gemacht beim Fußballspiel?”, “Wie hast du dich gefühlt, als du dieses Bild gemalt hast?” “Wow, wie hast du das geschafft?” Frage nach dem Prozess und nach ihren Gefühlen.
4. **Sprich über dich und deine Gefühle:** „Wow, ich freu mich so für dich, dass du das nun nach vielem Üben geschafft hast!“, „Mir gefallen auf deiner Zeichnung die bunten Farben.“, „Ich sehe, du hast Riesenspaß daran gehabt.“
5. **Stelle den Prozess in den Vordergrund:** du sprichst über den Prozess, die Anstrengung, das Bemühen deines Kindes wie z.B.: "Du hast offenbar viel geübt, lange probiert, scharf nachgedacht, gut überlegt, damit du lernst, worauf es ankommt".

StarkeKids