

Kleine Worte, *große Wirkung*

Sätze für kluge, neugierige, intensive Kinder und Jugendliche. Zum Ausschneiden, Verschenken und Weitersagen.

Jedes Kind ist anders. Manche freuen sich über ein lautes „Das war großartig!“, andere über einen Zettel in der Federmappe. Such dir die Sätze aus, die zu deinem Kind passen, und sag sie so, wie es zu euch passt. Ein Satz, den du ernst meinst, wirkt mehr als zehn, die nur aufgesagt klingen.

Warum drei Gruppen?

Kinder und Jugendliche brauchen vor allem drei Dinge: **dazugehören**, **selbst mitentscheiden** und **etwas können**. Die Forschung zur Selbstbestimmung (Deci und Ryan) beschreibt sie als Grundbedürfnisse. Die Karten sind danach geordnet.

Wann welche Karte?

Wenn dein Kind ...	Greif zur Gruppe ...
frustriert ist, weil etwas nicht klappt	Es können: „Fehler sind nur Erfahrungen.“
sich langweilt oder unterfordert fühlt	Es können: „Es ist okay, wenn dir etwas zu leicht ist ...“
sich anders oder allein fühlt	Dazugehören: „Du darfst anders sein.“
unter Druck steht oder sich nicht entscheiden kann	Selbst entscheiden: „Du kannst dich immer umentscheiden.“
viele Ideen und Interessen gleichzeitig hat	Selbst entscheiden: „Du darfst viele Dinge gleichzeitig mögen.“

So nutzt du die Karten

- Ausschneiden und in die **Brotdose**, ins **Federmäppchen** oder ins Hausaufgabenheft legen.
- Aufs **Kopfkissen** legen oder an den **Spiegel** kleben. Beim Abendessen eine Karte ziehen.
- Für Lehrkräfte und Erzieherinnen: eine Karte auf den Tisch legen, ohne ein Wort.

Lobe, was das Kind getan hat.

In Studien machte Lob für Einsatz Kinder nach einem Misserfolg stärker als Lob für Begabung („Du bist so schlau“).

Wärme gilt auch bei schlechten Noten.

Wenn Zuwendung nur für Leistung kommt, berichten Kinder mehr inneren Druck.

Fehler sind Informationen.

Frag „Was hast du herausgefunden?“ statt „Wie konnte das passieren?“

Dazugehören

Ich bin da, ich sehe dich, du gehörst dazu.

Ich bin an deiner Seite. Immer.	Ich liebe deine Neugier.	Ich kann wirklich viel von dir lernen.	Du bist auf die beste Art einzigartig.
Wenn du darüber reden möchtest, höre ich gerne zu.	Deine Meinung ist mir wichtig.	Was andere Leute denken oder können, ist mir nicht wichtig. Du bist mir wichtig.	Du darfst anders sein. Ich bin auf deiner Seite.

Selbst entscheiden

Du bestimmst mit. Ich traue dir etwas zu.

Das darfst du entscheiden.	Ich bin gespannt auf deine Ideen.	Du darfst nein sagen.	Du darfst viele Dinge gleichzeitig mögen.
Ich vertraue dir.	Du kannst dich immer umentscheiden.	Du hast deinen eigenen Stil und das ist genau richtig so.	Deine Gedanken sind schnell. Sag mir, wenn ich nicht hinterherkomme.

Es können

Fehler gehören dazu. Du wachst mit jeder Aufgabe.

Fehler sind nur Erfahrungen.	Es ist vollkommen OK, das noch nicht zu können.	Du hast dir wirklich Mühe gegeben. Das finde ich toll.	Es ist okay, wenn dir etwas zu leicht ist und du dich langweilst.
Du darfst gut sein und trotzdem Fehler machen.	Ich bin sicher, dir fällt noch eine gute Lösung ein.	Schau, was du schon alles geschafft hast.	Um Hilfe zu bitten ist das Gegenteil von Aufgeben.

Deine eigenen Worte

Schreib auf, was dein Kind gerade braucht

<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>	<hr/> <hr/> <hr/>
-------------------	-------------------	-------------------	-------------------