


PEP4Kids® – Positiv-Tagebuch

Aus dem Buch PEP4Kids® (ISBN 978-3-7655-6453-6)
Seiten 56-58

 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.

Bringen Sie dieses Arbeitspapier zur ersten Sitzung von **PEP4Kids®** mit.

Viel Erfolg beim Positiv-Tagebuch!