

Dr. Gerlinde Grübl-Schößwender

www.lebensbegleitung.at
www.familienbegleitung.at

A – 2500 Baden bei Wien



Perspektivenwechsel

REFLEXIONSBOGEN

Ein Perspektivenwechsel kann durchgeführt werden, indem gelernt wird, positive Gegebenheiten und Ereignisse zu sehen, zu beachten und wertzuschätzen.


Zum Beispiel: Was wurde in der Erziehung und Entwicklung des Kindes, der Jugendlichen, des Jugendlichen bereits erreicht?

Die Lebensrelevanz hinterfragen: Wenn ich auf das gesamte Leben blicke, wie wichtig ist diese Sache, dieser Konflikt wirklich?

Sich die Frage stellen: Was kann ich in dieser Situation von Pubertierenden lernen?

Reflexion zur Selbstermutigung

Was finde ich gut an mir als Person?



Was finde ich gut an mir als Erzieher/in?



Was finde ich gut an meinen Kindern?

