

KARTEN

fürs kluge Klären

Die „Karten fürs kluge Klären“ begleiten Kinder in vier klaren Schritten durch einen Streit. Sie helfen dabei, die eigene Sicht darzustellen, Gefühle zu erkennen, Lösungen zu finden – und wieder in einen wertschätzenden Kontakt zu kommen. Sie geben dir ein strukturiertes Hilfsmittel an die Hand, das Kinder zur Selbstreflexion und zur Perspektivübernahme anregt. Es ist ein wirksames Tool in dem Kinder erleben:

Ich werde gehört. Mein Gefühl zählt. Und gemeinsam finden wir einen Weg.

KARTE 1 “WAS IST PASSIERT?”

Jeder darf seine Sicht erzählen – Das Kind, das spricht bekommt die Karte.

Die Kinder schildern abwechselnd aus ihrer Sicht, was passiert ist. Das andere Kind hört zu ohne zu unterbrechen. Der Moderator begleitet wertfrei und sorgt für eine ruhige Atmosphäre.

💡 Ziel: Die Situation wird aus beiden Perspektiven sichtbar gemacht.



Wie fühlst du dich?



KARTE 2 “WIE FÜHLST DU DICH?”

Jetzt geht es um Emotionen – nicht um Schuld

Die Kinder beschreiben abwechselnd, wie sie sich gefühlt haben (z. B. traurig, verletzt, wütend, enttäuscht)

💡 Wirkung: Kinder erkennen, wie ihr Verhalten auf andere wirkt. Es fördert Empathie und öffnet oft die Tür zur Einsicht.

KARTE 3 WELCHE LÖSUNGEN GIBT ES?

Lösungen sammeln – ohne Bewertung.

Die Kinder dürfen nun abwechselnd Ideen einbringen, was helfen könnte, um den Streit zu lösen. Der Moderator notiert ggf. die Vorschläge, ohne sie zu werten oder zu korrigieren.

💡 Wichtig: Es geht nicht um die „richtige“ Lösung, sondern darum, dass Kinder überhaupt beginnen, Lösungen zu entwickeln.



KARTE 4 WELCHE VEREINBARUNG TREFFEN WIR?

Gemeinsam entscheiden, was jetzt hilft.

Die Kinder schauen gemeinsam: Ist unter den Vorschlägen etwas dabei, womit beide leben können? Es wird verhandelt und wenn beide Kinder eine Lösung finden – auch wenn sie unperfekt ist – darf diese gelten.

💡 Ziel ist ein Kompromiss, mit dem beide einverstanden sind – nicht unbedingt Versöhnung oder eine Entschuldigung.

WENN ES (NOCH) NICHT KLAPPT...

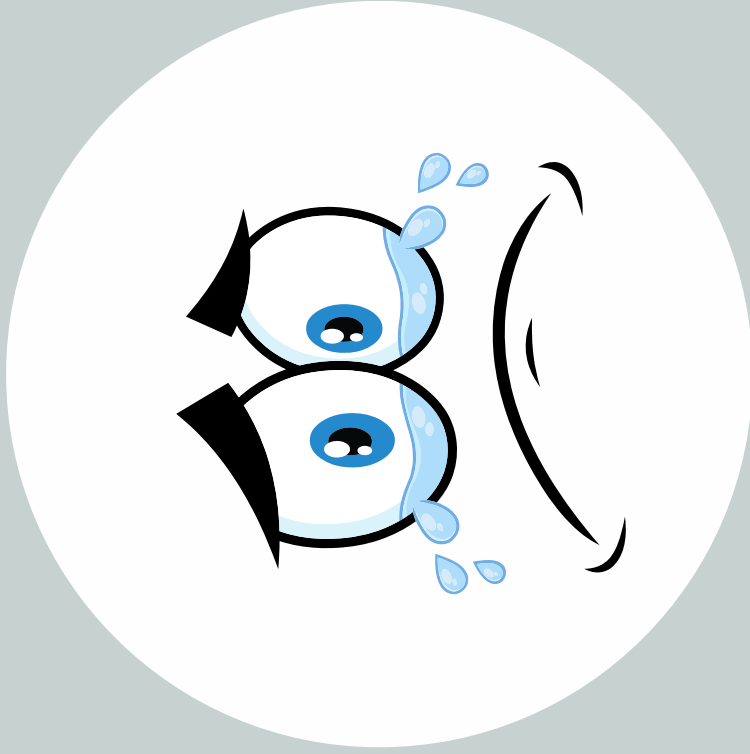
Manchmal sind die Gefühle noch zu stark: Wut, Traurigkeit oder Enttäuschung machen eine Klärung gerade unmöglich. In diesem Fall gilt:

- Das Gespräch wird vertagt – z. B. auf eine Stunde später oder den nächsten Tag.
- Die Kinder werden gebeten, sich vorerst aus dem Weg zu gehen.
- Die Karten werden später erneut eingesetzt – mit frischer Energie und klarem Kopf.

LANGFRISTIGE WIRKUNG & WEITERENTWICKLUNG

Wenn die Karten regelmäßig genutzt werden, erkennen Kinder den Ablauf schnell wieder und könne mit etwas Übung sogar als Moderatoren für andere Kinder.

Wie fühlst du dich?



Was ist passiert?



Welche
Vereinbarungen
treffen wir?



Welche Lösungen
gibt es?



Was ist passiert?



Wie fühlst du dich?



Welche Lösungen
gibt es?



Welche
Vereinbarungen
treffen wir?



KONTAKT

Kontakt

Sabrina Röder
Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Familiencoach



Lounge of Lässig

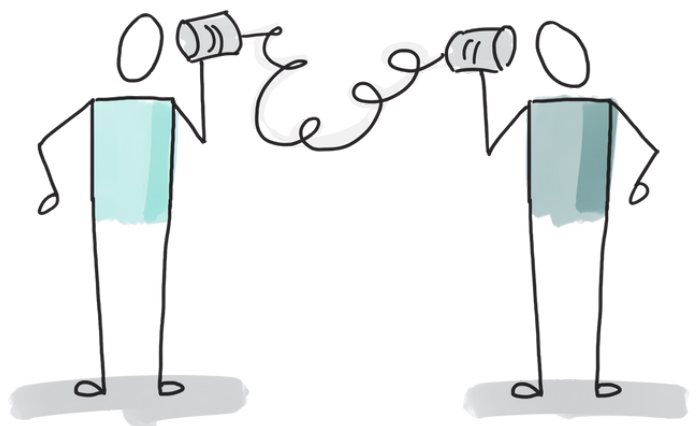
Praxis für Familiencoaching
Barthstr. 36
97520 Rötthlein
Telefon: 0175 5775731
SR@familiencoach-roeder.de
www.familiencoach-roeder.de



[INSTAGRAM ACCOUNT](#)



[WEBSITE](#)





HOL DIR NOCH MEHR TIPPS!

Du möchtest keine neuen Inhalte, Kurse oder Workbooks mehr verpassen? Dann folg mir gern auf Instagram!

Dort findest du regelmäßig Impulse, Tipps und Inspirationen rund um das Thema Erziehung – von den ersten Lebensjahren bis in die Jugendzeit.

Außerdem informiere ich dort über neue Angebote, Workshops und aktuelle Themen, die dich im Familienalltag unterstützen können.

Ich freue mich, wenn wir dort in Verbindung bleiben!

[ZU MEINEM
INSTAGRAM PROFIL](#)



NEUE KURSE ANGEBOTE WORKBOOKS