



KARTEN FÜRS KLUGE KLÄREN

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...

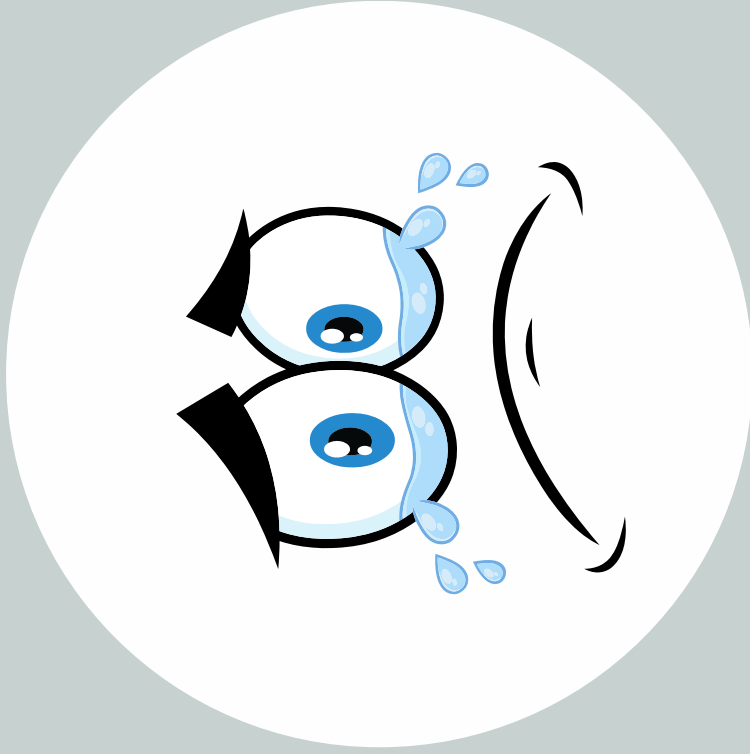
Manchmal sind die Gefühle noch zu stark: Wut, Traurigkeit oder Enttäuschung machen eine Klärung gerade unmöglich. In diesem Fall gilt:

- 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?



DU SUCHST NOCH EIN KRAFTVOLLES TOOL *für mehr Verbindung im Alltag?*

DANN IST MEIN KARTENSET "UNSER GLÜCKSMOMENT" GENAU
DAS RICHTIGE FÜR DICH UND DEIN KIND

- 36 liebevoll gestaltete Karten im handgeplottertem Säckchen – jedes Stück ein Herzprojekt
- durch die spezielle und einzigartige Formulierung der Affirmationen gehen diese 10x tiefer ins Unterbewusstsein
- Ziehe gemeinsam mit deinem Kind (oder als ganze Familie) eine Karte, beantwortet die Frage gegenseitig und spürt, wie ihr gemeinsam Stress loslasst, wieder Nähe findet und euch bewusster wahrnehmt

WAS BRINGEN DIE KARTEN?

- Mehr Nähe & Verbindung zu deinem Kind
- Dankbarkeit üben – die wichtigen Dinge im Leben wieder spüren
- Komplimente schenken & annehmen lernen – für Kinder und Erwachsene
- Einfache Integration in den Alltag:
Eine Karte, ein paar Minuten –
und ein Glücksmoment entsteht



29,90€

jetzt bestellen



KONTAKT

Kontakt

Sabrina Röder
Dipl. Sozialpädagogin (FH)
Familiencoach



Lounge of Lässig

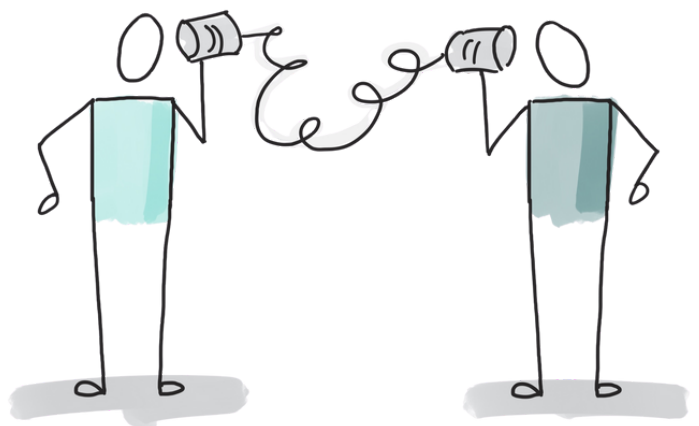
Praxis für Familiencoaching
Barthstr. 36
97520 Röthlein
Telefon: 0175 5775731
SR@familiencoach-roeder.de
www.familiencoach-roeder.de



[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

URHEBERRECHTSHINWEIS

© Copyright 2025 – SR Familiencoach Sabrina Röder

Alle Inhalte dieses Workbooks insbesondere Texte, Fotografien und Grafiken, sind urheberrechtlich geschützt.

Das Urheberrecht liegt, soweit nicht ausdrücklich anders gekennzeichnet, bei Sabrina Röder. Teilweise sind Zeichnungen und Grafiken durch bikablo inspiriert, Fotos teilweise durch Canva-Pro eingebunden.

Die - auch auszugsweise - Verwendung der Inhalte dieses Workbooks kann nur nach der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Coaches erfolgen.

Alle Rechte, einschließlich der Vervielfältigung, Veröffentlichung, Bearbeitung und Übersetzung bleiben vorbehalten.

Der Coach weist darauf hin, dass derjenige, der gegen das Urheberrecht verstößt indem er z.B. Bilder oder Texte unerlaubt kopiert, sich gem. §§ 106 UrhG strafbar macht und zudem gem. §§ 97 UrhG kostenpflichtig abgemahnt wird und Schadensersatz leisten muss.