

Das Mutmomente-Glas

Mut wächst mit jeder Erfahrung. Nur merkt man das im Alltag oft nicht – weil die kleinen mutigen Schritte so schnell wieder vergessen sind. Dieses Glas macht sie sichtbar.

So geht es

1. Sucht gemeinsam ein leeres Glas mit Deckel – ein Marmeladenglas reicht völlig.
2. Dein Kind bemalt und beklebt es, bis es sein ganz eigenes Glas ist.
3. Immer wenn dein Kind etwas geschafft hat, wovor es vorher Angst hatte, schreibt ihr es auf einen der Zettel unten und werft ihn ein.
4. An schweren Tagen holt ihr einen Zettel heraus und lest ihn vor. Das erinnert dein Kind daran, wie viel Mut schon in ihm steckt.

Tipp: Auch ganz kleine Dinge zählen. „Allein zur Nachbarin geklingelt“ ist genauso ein Mutmoment wie der erste Sprung ins Wasser. Je kleiner die Schritte, desto öfter darf gesammelt werden.

Zettel zum Ausschneiden

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment

Mein Mutmoment
