

MACHE DIR DEIN
FAMILIENLEBEN ZUR



HERZSACHE

AKADEMIE FÜR HERZBILDUNG



DANKVENTSKALENDER

24 GRÜNDE WARUM ICH STOLZ + DANKBAR BIN.

DANKVENTSKALENDER



Dieser Dankventskalender ist ein liebevolles, ein wundervolles und ein persönliches Geschenk an deine Kinder. Du kannst ihn zusätzlich in die Säckchen mit Süßigkeiten packen (wenn du einen Säckchen Kalender hast) Du kannst ihn natürlich auch ganz eigenständig als Kalender für deine Kinder aufhängen.

Dieser Dankventskalender erlaubt dir als Mutter oder Vater die Möglichkeit, dich einmal nur und ausschließlich auf die wunderbaren positiven Eigenschaften deines Kindes zu konzentrieren.

Die Zeit ist gerade manchmal angestrengter als sonst. Für uns alle. Durch den Fokus auf das Positive entspannt sich automatisch auch eure Beziehung und schafft Platz für die Liebe.

WARUM BIST DU STOLZ, DASS DEIN KIND DEIN KIND IST?

WARUM BIST DU DANKBAR, DASS DEIN KIND DEIN KIND IST?

Suche 24 wundervolle Gründe für jedes Kind.

DANKVENTSKALENDER



Falls es dir schwer fällt 24 mal zu sagen, warum du stolz und dankbar für dein Kind bist, ist das erstmal ganz normal. Unser Gehirn richtet sich evolutionsbiologisch immer erstmal auf das Negative aus. (Woher kommt die Gefahr?) Daher fällt es uns erstmal gar nicht so leicht, den Blick aufs Positive zu lenken. Mit etwas Übung wird das aber immer leichter. Bleib dran. Es lohnt sich so sehr!!

Hilfe kann dir zb das hier bringen:

Richte dich auf das Positive aus.

Beobachte dein Kind. Wofür bist du dankbar?

Gehe durch sein Zimmer. Was macht dich stolz?

Schaue dir Bilder an, die es gemalt hat oder erinnere dich durch Fotos an schöne Dinge.

Was kann es gut?

Wann hat es dich überrascht?

Was sind besondere Momente gewesen?

Wo sind die alltäglichen Momente besonders?

Ein Perspektivenwechsel wird dich gut unterstützen 24 positive Dinge an deinen Kind zu erkennen und diese auf die wunderschönen HerzDankeKarten zu schreiben.

Drucke dir die 24 Karten aus und beschrifte sie mit dem, was dich stolz und dankbar macht! Ich wünsche dir bereichernde und berührende Moment mit deinem **DANKVENTSKALENDER für dein Kind**. (oder deinen Partner*in, deine Klasse, ...)







