

A close-up photograph of a child's hands planting seeds into two small, reddish-brown terracotta pots. The child is wearing a grey sweater. The background is blurred, showing more of the child's face and hands. The text 'Kindern' is in a large, light yellow, sans-serif font. The word 'MUT' is in a large, light yellow, sans-serif font, enclosed in a black rectangular box. The word 'machen' is in a large, light yellow, sans-serif font.

Kindern MUT machen

EIN KIND BRAUCHT ERMUTIGUNG
WIE EINE PFLANZE WASSER!

MAG SILKE GRANGL | PSYCHOLOGIN

A photograph of two people jumping from a rocky cliff into the ocean. The person above is in mid-air, wearing red shorts, with arms and legs spread. The person below is also in mid-air, wearing blue and white striped shorts, with arms and legs spread. The cliff is on the right side of the frame, and the ocean extends to the horizon under a clear blue sky.

WAS IST MUTIG? WAS IST MUT?
WAS IST MIT MUT NICHT GEMEINT?



WOHIN SOLL DIE REISE GEHEN?

ZIELE IN DER BEGLEITUNG VON KINDERN

- Wohin soll die Reise gehen?
- Was soll ein Kind / Ihr Kind lernen?
- Welche Fähigkeiten sollen Kinder haben, wenn sie erwachsen sind?
- Was macht Menschen leistungsfähig, erfolgreich, zufrieden und glücklich?
- Und was tu ich jeden Tag dafür?





HAT SICH IN DER ERZIEHUNG VON
KINDERN ETWAS VERÄNDERT?

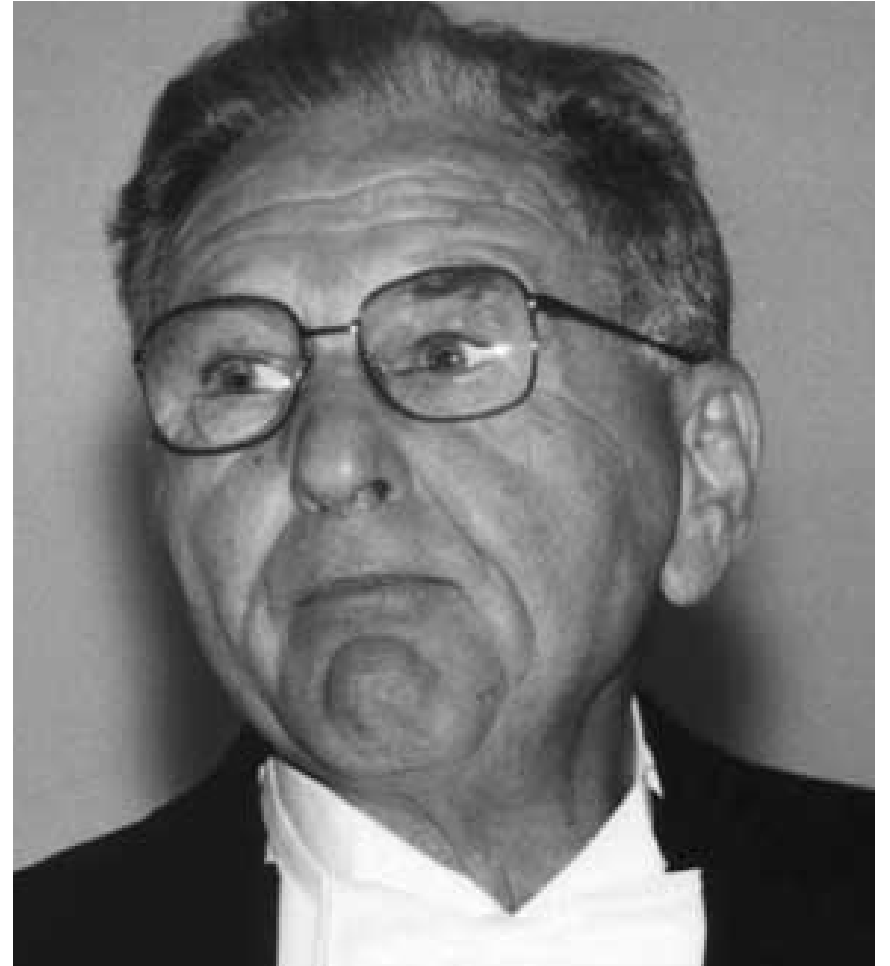


WOMIT KINDER IN DER HEUTIGEN ZEIT KONFRONTIERT WERDEN

- Mobbing
- Ausgrenzung
- Leistungen überbewerten
- Social Media
- Medienkonsum
- Mangelnde Kommunikation
- Werteverlust
- Sinnverlust
- Überforderung in der Erziehung
- Mangelnde Konfliktfähigkeit
- Keine Zeit

„Wir alle befinden uns in verschiedenen Flüssen, deren Strömungen und Strudel oder andere Gefahrenquellen variieren - niemand befindet sich jemals am sicheren Ufer.“

Aaron Antonowsky (1923-1994)



A photograph of a person swimming in the ocean. The person is in the middle of a stroke, with their head and arms visible above the water. A large splash of water is rising behind them, creating a dynamic and energetic scene. The water is a deep blue color, and the background shows the horizon line of the sea.

**ZIEL: SICHER
SCHWIMMEN LERNEN!**



DU BIST NICHT OKAY!!!

WAS IST IM
ALLTAG
ERMUTIGEND?

WAS IST IM ALLTAG
KRITISIEREND?



TODSÜNDEN IN DER ERZIEHUNG

- Ständiges Schimpfen
- Etiketten aufkleben
- Abwerten, demütigen
- Ironie, Sarkasmus, auslachen
- Vergleichen
- Mitleid
- Verwöhnung, Verzärtelung
- Liebesentzug
- Schlagen



F E H L E R

H E L F E R

The diagram illustrates the transformation of the word 'FEHLER' into 'HELFER'. Blue arrows show the following letter movements: the 'F' moves to the second position, the 'H' moves to the third position, the 'L' moves to the fourth position, the 'E' moves to the fifth position, and the 'R' remains in the sixth position. This results in the word 'HELFER'.



LOB



ERMUTIGUNG

LOB ≠ ERMUTIGUNG

Lob

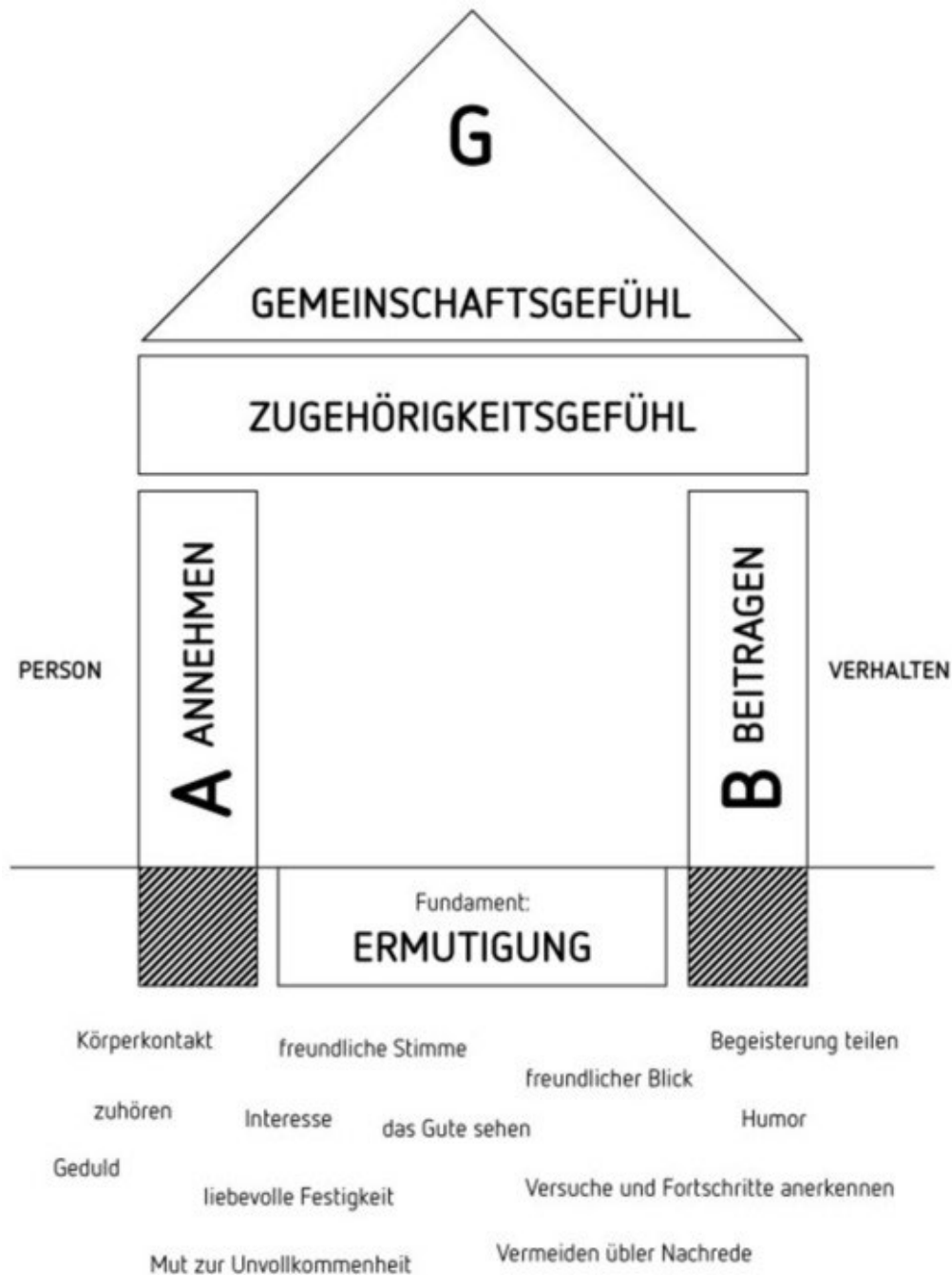
- Vergangenheitsorientiert
- Belohnung für erbrachte Leistung
- orientiert sich am Ergebnis
- setzt ein Mindestmaß an „lobenswerter“ Leistung voraus
- orientiert sich am Maßstab des Lobenden
- bleibt bei Misserfolg aus, wird ggf. zu Kritik

Ermutigung

- Zukunftsgerichtet
- Ansporn für den nächsten Schritt
- orientiert sich am Prozess
- kann bei Null starten / auf sehr niedrigem Stand aufbauen
- orientiert sich am momentanen Bedarf des Adressaten
- bietet auch bei Misserfolg Raum für weitere Entwicklung



WIE GEHT ERMUTIGUNG



ZUGEHÖRIGKEITSGEFÜHL
MACHT
GEMEINSCHAFT
MÖGLICH

ERMUTIGENDE BEZIEHUNGSQUALITÄTEN

EQ`S ODER BQ`S

- der freundliche Blick / freundliche Stimme
- aktives Zuhören (ohne Zeitdruck!)
- sich ehrlich interessieren (Kinder sind Philosophen!)
- beitrugen lassen (auch wenn es alleine schneller geht)
- Begeisterung zeigen
- Gutes betonen, nicht Defizite
- Verantwortung übertragen
- Körpernähe herstellen
- geduldig sein
- Versuche und Fortschritte anerkennen (Mut zur Unvollkommenheit!)
- Fröhlichkeit, Humor





WIE GEHT ERMUTIGUNG IM ALLTAG

- Miteinander reden, zuhören, Interesse zeigen (Achtung Handy)
- Mut und Angst gehören zusammen
- Riskantes Zulassen (Zutrauen)
- Grenzen respektieren
- Vergleiche vermeiden
- Empathie fördern
- Frustrationstoleranz (Achtung mit verwöhnen)
- Fehler zulassen (Fehler sind normal – nicht schlecht)



WAS MÖCHTEN KINDER MIT EINEM FEHLVERHALTEN WIRKLICH SAGEN?

Komm in Kontakt mit mir!

Permanente
Aufmerksam-
keit

Ich bin verletzt- nimm das
ernst. Sorge für Gerechtigkeit!

Machtkampf

Rache

Rückzug
oder noch
mehr Rache

Trau mir was zu. Lass
mich mitmachen!

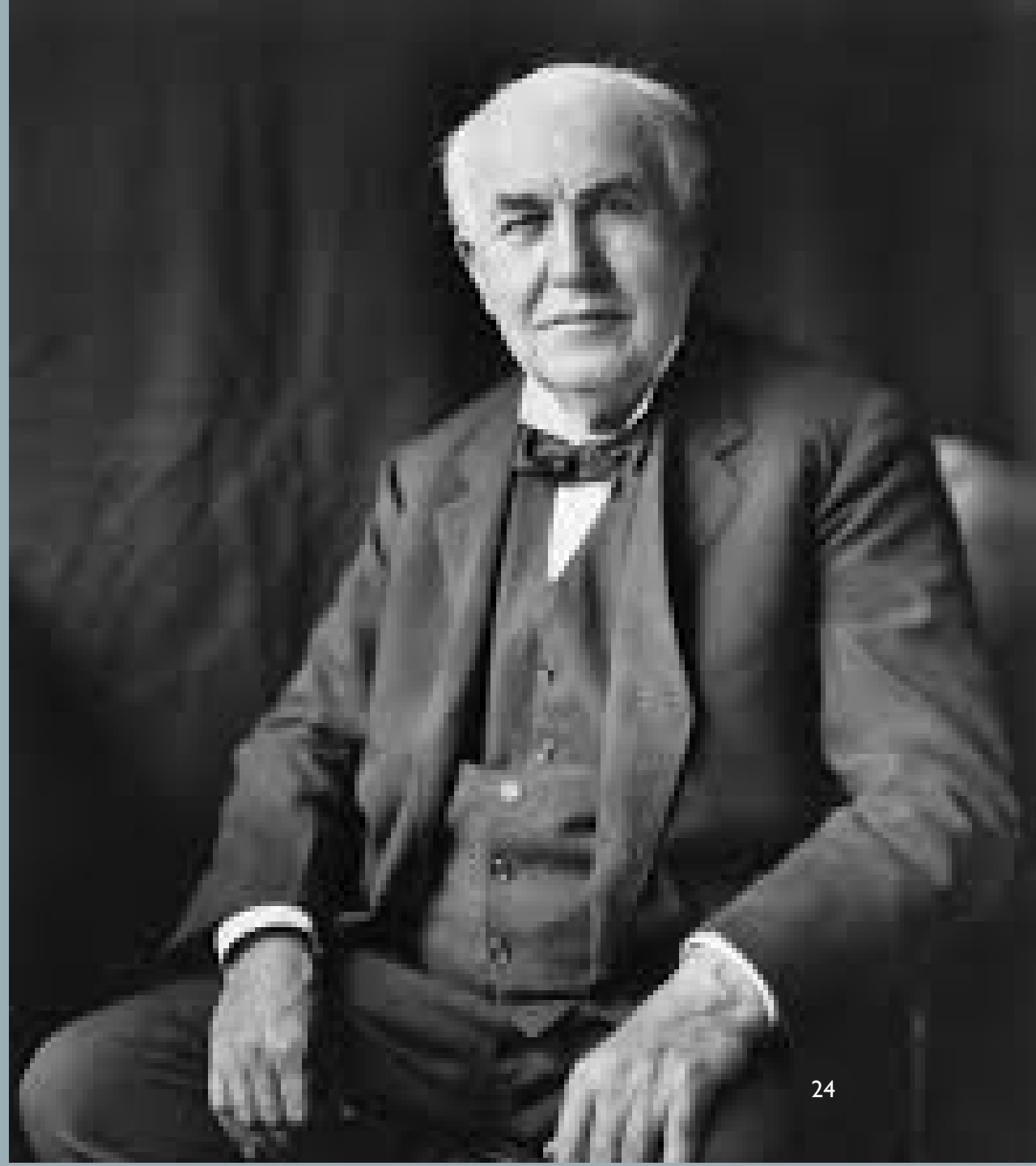
Gib mich nicht auf. Zeig
mir den Weg!

- SICH ZUGEHÖRIG FÜHLEN, VERBUNDEN SEIN
- SICH ENTWICKELN, BESSER WERDEN
- SICH BEFÄHIGT FÜHLEN, BEDEUTUNG HABEN, GEBRAUCHT WERDEN
- ERMUTIGT WERDEN





THOMAS ALVA EDISON



BUCHEMPFEHLUNG!



DANKE FÜR IHR AUFMERKSAMES ZUHÖREN

Wenn Sie das Gefühl haben,
Sie brauchen mehr Mut,
schreiben Sie mir gerne
oder rufen Sie mich an.

grangl@gesundheitspunkt.at

grangl@manbrauchtmutter.at

+43 664 9128064



silke grangl
PSYCHOLOGIN



MEINE KRAFTQUELLEN

- Kenne ich meine Kraftquellen?
- Weiß ich was mir gut tut?
- Kümmere ich mich genügend um mich?