

ANLEITUNG GEDANKEN- WARTEHÄUSCHEN

In 5 Schritten erstellst Du mit Deinem Kind ganz leicht ein Gedanken-Wartehäuschen. Das ist ein mentaler Raum für die Gedanken, die uns bei der Konzentration stören. Anstatt sie wegzudrängen, legen wir sie für später in ein Wartehäuschen ab. Brauchst Du vielleicht auch eins für Dich bei Deiner nächsten Aufgabe?

01 SCHRITT 1

Für welche Gedanken ist das Wartehäuschen? Welche möchtest Du denken, welche nicht?

02 SCHRITT 2

Aus welchem Material ist das Wartehäuschen? Welche Farbe hat es?

03 SCHRITT 3

Wie sieht das Wartehäuschen aus? Wie sieht es innen aus? Wie von außen?

04 SCHRITT 4

Wie kommen die Gedanken hinein? Sind schon andere Gedanken darin?

05 SCHRITT 5

Was kannst Du machen, damit die Gedanken dort bleiben, bis Du sie wieder abholst?

Wie sieht das Gedanken-
Wartehäuschen aus?
Wenn Du magst, zeichne
es hierhin:.