

Deine Mutter arbeitet!

Im dringenden Fall von:



Hunger

- Prüfe, ob dein Hunger bis zum Essen warten kann
- Falls ja: Warte
- Falls nein: Hol dir einen Apfel
- Schau in der Küche, ob du schon etwas für das Essen vorbereiten kannst.



Langeweile

- Räume dein Zimmer auf und finde dabei etwas zum Spielen
- Lies ein Buch
- Male oder bastele etwas. Suche dir dafür die Sachen selbst zusammen.
- Wenn nix hilft: Schau Fernsehen oder spiel Computer



Streit

- Hört auf, euch anzuschreien
- atmet ein paar Mal tief durch
- Überlegt euch alleine eine Lösung:
- Wann darf jeder was und wie lange?
- Wenn das nicht funktioniert, spielt einfach etwas anderes oder
- jeder geht in sein Zimmer



So lange keiner den Kopf unterm Arm hat oder ernsthaft in Gefahr ist, finde selbst die Lösung!

Dann kann ich in Ruhe meine Arbeit zu Ende machen.

Und danach bin ich wieder voll
und ganz für dich da!!!

