



Mini-Coaching Qualitätszeit

Wenn Du mehr Qualitätszeit - nach Deiner ganz persönlichen Definition - verbringen möchtest, beantworte Dir die folgenden Fragen:

Was machst Du gerne gemeinsam mit Deinem Kind? Woran habt Ihr beide viel Spaß zusammen?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Was machst Du täglich mit Deinem Kind? Wie verbringt Ihr Eure gemeinsame Zeit?

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____
6. _____
7. _____
8. _____
9. _____
10. _____

Vergleiche jetzt Deine beiden Listen – was aus Liste 1 könntest Du für Liste 2 übernehmen?

Gibt es Dinge aus Liste 2, die Du weglassen könntest oder vielleicht weniger oft machen könntest?