

ALLE ANDEREN HABEN AUCH

Christelle Schläpfer-Stammbach

Inhalt

- ▶ Aspekte der Konsum-Gesellschaft
- ▶ Konsum und Vergleich
- ▶ Konsum und Belohnung
- ▶ Einfluss auf die Hirnbiologie
- ▶ Der digitale Konsum
- ▶ Grenzsetzung: Das liebevolle NEIN

Umfrage

Wo sehen sie die grösste Herausforderung
für den Erziehungsalltag,
wenn es um Konsum geht?

Konsum und Vergleich

Alle andern
haben aber auch...

Selbstwert stärken



Fördert Belohnung die Motivation?

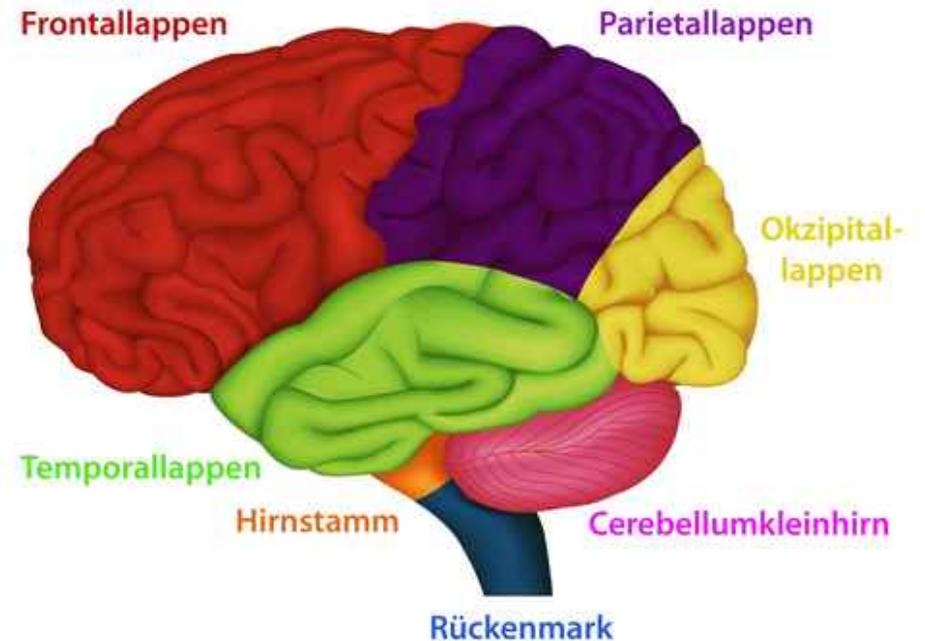


Ein süsser Test...

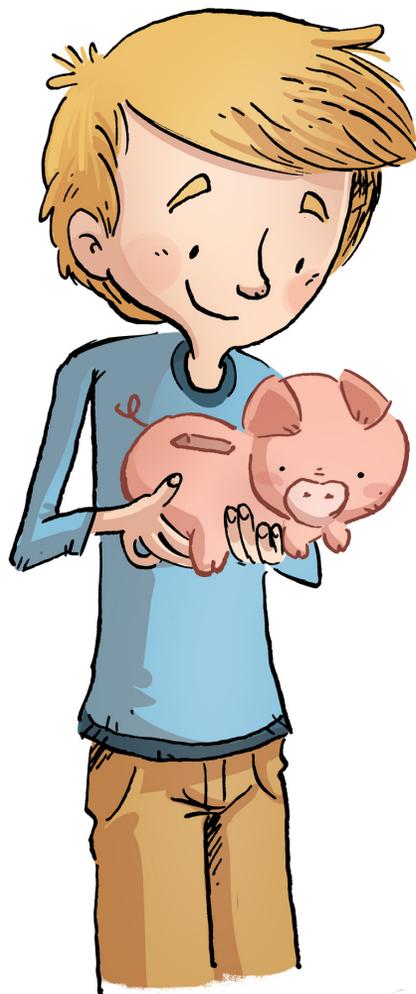


Hirnchemie und Selbstregulierung

- ▶ Frusttoleranz
- ▶ Impulskontrolle
- ▶ Belohnungsaufschub
- ▶ Sozialkompetenz
- ▶ Planen und Zeit einteilen
- ▶ Lösungen entwickeln
- ▶ Prioritäten setzen
- ▶ Ziele setzen
- ▶ Handlungsverläufe reflektieren



Sparen lernen



Der digitale Konsum

Medienkonsum



Mediennutzung

Ein liebevolles NEIN



Weiterführende Links

Blogartikel

- [Zuviel des Guten-Weshalb Verwöhnung schadet](#)
- [Faszination Handy – Was Eltern beachten sollten](#)