

Inhaltsverzeichnis

EINLEITUNG	8
01 SELBSTSTÄNDIGE KINDER SIND GLÜCKLICHER	12
Der »Waiter«	25
Machen wir nicht jede Angelegenheit unserer Kinder zu unserem Problem	27
02 WIE INTERESSIERE ICH MEIN KIND FÜR NEUE ALLTÄGLICHE VERRICHTUNGEN?	34
Den richtigen Zeitpunkt abwarten	35
Sich auf das Wesentliche beschränken	37
Sich nicht zum Spielball des Kindes machen lassen	40
Das Kind nicht überfordern	42
Nicht unnötig eingreifen	43
Für sinnvolle Beschäftigungsmöglichkeiten unserer Kinder sorgen	47
Was können wir unseren Kindern für ihr Tun zur Verfügung stellen?	48
Die Konzentration unserer Kinder schützen	50
Übersicht muss sein	52
Die moderne Unterhaltungselektronik	54
03 KINDER BRAUCHEN ERMUTIGUNG!	58
Wie viel Lob »erträgt« das Kind?	61

04	GRENZEN	64
	Erziehen bedeutet auch aushalten können	71
	Kinder brauchen Freiraum	72
	Wenn unsere Kinder streiten	74
	Wenn es gefährlich wird	79
	Wenn das Kind den Ton angibt	81
	Wenn das Kind unsere Beachtung erzwingen will	84
	Wenn Kinder um jeden Preis ihren Willen durchsetzen wollen	86
	Fluchen, Schießen, Naschen	88
	Eifersucht	91
	Wenn unser Kind lügt	95
05	DIE STRAFE	98
	Wie wirksam sind Strafen?	104
	Der Liebesentzug	105
	Ist Strafe manchmal doch notwendig?	108
06	DIE SICH VON SELBST ERGEBENDE FOLGE KINDLICHEN VERHALTENS	111
	Einander nicht in den Rücken fallen	119
07	HANDELN, STATT ENDLOS HIN- UND HER- ZUARGUMENTIEREN	122
08	ES IST DER TON, DER DIE MUSIK MACHT	127
09	DEN KINDERN IHR SCHLUPFLOCH LASSEN	130
10	DROHEN	132
11	SOLLEN WIR UNSER KIND BELOHNEN?	136

12	DER DURCHBRUCH ZU EINEM STANDHAFTEREN ERZIEHUNGSSTIL	140
13	DAS TROTZALTER	147
	Nicht die Wut unseres Kindes belächeln	148
	Die Gefühle des Kindes zurückmelden	149
	Das Kind in den Alltag einbeziehen und mitentscheiden lassen	152
	Manche Situation ist leichter zu umschiffen, wenn wir sie spielerisch angehen	154
14	DIE ANGST UNSERER KINDER	157
15	WIE MAN HILFREICH ZUHÖRT	163
	Es ist nicht egal, wie wir zuhören	165
	Ein Echo zurückgeben, das stimmt	170
	»Mit dem Zuhören ist es wie mit dem Hefeteig«	174
	Sind denn Gefühle überhaupt wichtig?	176
	Zuhören und »Referieren« sind zweierlei	180
	Die drei Schritte hilfreichen Zuhörens	183
	Wie höre ich zu, wenn mein Kind »ungezogen« ist?	186
	Muss ich die ganze Zeit zuhören, wenn mein Kind pausenlos plappert?	188
	Wenn der Tag zur Neige geht – am Bett des Kindes	188
16	MÜSSEN WIR UNS MIT HAUT UND HAAR FÜR UNSERE KINDER AUFGEBEN?	193
	Beschäftigungsmöglichkeiten zusammen mit unseren Kindern	198
17	ELTERNSEIN IST EINE GRATWANDERUNG	200
	WEITERFÜHRENDE LITERATUR	205
	DANKSAGUNG	206