

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