



Inhalt

Vorwort	7
1 Gute Erziehung?	11
2 Entwicklungsaufgaben von Kindern	17
3 Vier Grundbedürfnisse	27
3.1 Gewalt/Vernachlässigung	38
4 Thema „Lernen“	41
4.1 Fühlen – riechen – hören – entdecken	41
4.2 Übung macht den Meister	46
4.2.1 Hausaufgaben	53
<i>Kopiervorlage: Meine zehn Arbeitsregeln</i>	56
4.3 Kinder lernen nicht fürs Leben	58
4.4 Jetzt zählt	65
4.5 Kinder lernen am Vorbild	73
4.6 Böse?	81
5 Kinder kompetent machen	91
5.1 Reden ist Silber, Handeln ist Gold (Belohnungen und Bestrafungen)	91
5.2 Abwarten, durchhalten	98
5.2.1 Elektronische Medien	106
5.3 Es vertraut, in was er kann, wer erlebt hat, was er kann	108
5.3.1 Punkteplan	113
<i>Kopiervorlage: Punkteplan</i>	115
5.4 Der Umgang mit Gefühlen will gelernt sein	119
5.4.1 Wut	124

5.4.2 Ängste	127
5.5 Spaß-Kämpfe	130
5.6 Kinder brauchen Abenteuer	137
5.7 Individualität fördern	144
6 Als starke Eltern auftreten	153
6.1 Allen Kindern freundlich begegnen	153
6.2 Durch Negatives nicht Positives erzeugen wollen	158
6.3 Aufmerksamkeit für das Wünschenswerte	164
6.4 Kinder möchten wissen, wo sie dran sind	178
6.5 Kinder dürfen Wünsche äußern, Eltern entscheiden	189
6.5.1 Schlafen	198
6.5.2 Essen	203
6.6 Grenzen achten	206
6.7 Beziehung hat nichts von „be“ oder „ziehen“	213
6.7.1 Die „Eltern-Kind-Beziehungs-Waage“	222
6.8 Mama ist nicht gleich Papa	224
6.9 Eltern bleiben Eltern (Trennung der Eltern).....	237
7 Gute Eltern sein	245
Literaturempfehlungen	255