

7 NEUE WEGE IM UMGANG MIT UNSEREN KINDERN

- 8 Wie finden wir die »richtige« Lösung?
- 8 Die Beziehung berücksichtigen
- 9 Kindliches Verhalten verstehen
- 10 Das eigene Handeln reflektieren
- 14 Was Eltern wirklich wollen
- 15 Eltern im Spagat
- 20 Erziehungsziele heute
- 23 Beide Seiten sind gleichwertig
- 24 Navigationshilfen für den Alltag
- 24 Ein neuer Weg – was steckt dahinter?
- 26 Der Sieben-Werte-Kompass

29 BEZIEHUNG STATT ERZIEHUNG

- 30 Wie es häufig ist: Wir setzen auf Macht
- 30 Wie herkömmliche Erziehung funktioniert
- 32 Nähe und Wärme kommen zu kurz
- 34 Warum wollen wir unbedingt erziehen?
- 36 Welche Führung brauchen Kinder?
- 38 Grenzenlose »Service-Eltern«
- 39 Position beziehen statt Grenzen setzen
- 41 Die gleichwertige Beziehung
- 42 Grundlagen der neuen Eltern-Kind-Beziehung
- 43 Bindung oder wie eine Beziehung entsteht
- 44 Wie Säuglinge mit uns kommunizieren
- 48 Was bedeutet elterliche Liebe?
- 50 Die konstruktive Beziehung im Mittelpunkt

53 ACHTSAMKEIT STATT BELEHRUNG

- 54 Wie es häufig ist: Belehrung und Kritik
- 56 Schluss mit Ammenmärchen!
- 58 Was die gesunde Entwicklung hemmt
- 58 Im Alltag mit Kindern Bindung leben
- 60 Auf die Gefühle kommt es an
- 61 Das sensible Thema Schlaf
- 66 »Trotzphase?« – Autonomie ist das Zauberwort!
- 72 Die emotionale Entwicklung achtsam begleiten
- 75 Gefühle ansprechen und mitfühlen
- 77 Verständnis für das Gefühl entwickeln
- 78 Im einfühlsamen Kontakt zum Kind bleiben

83 VERANTWORTUNG STATT BEVORMUNDUNG

- 84 Wie es häufig ist: Bewerten und bestimmen
- 84 Elementare Grundbedürfnisse werden übergangen
- 86 Wenn wir Verantwortung mit Macht verwechseln
- 88 Wie können wir es wieder gutmachen?
- 89 Was genau ist elterliche Verantwortung?
- 90 Ein guter Umgang mit der elterlichen Macht
- 90 Verantwortung ganz in der Hand der Eltern
- 92 Eine gute Atmosphäre schaffen

95 Kinder dürfen Eigenverantwortung übernehmen

100 **Hilfe! Mein Kind ist aggressiv**

100 Verantwortungsvolle Führung in Konfliktsituationen

105 Aggression ohne Konflikt

109 WERTSCHÄTZUNG STATT ABWERTUNG

110 **Wie es häufig ist: Kinder werden gekränkt**

111 Was Strafen und Konsequenzen bewirken

113 Strafen sollen das Verhalten anpassen

114 Warum wir Kinder nicht strafen sollten!

116 **Wir können auch liebevoll Nein sagen**

116 Eltern sind keine Polizisten und Richter

119 Mit Kindern im Gespräch bleiben

120 Warum wir so schwer Nein sagen können

123 Wertschätzung auch im Konfliktfall ausdrücken

126 **Konflikte als Entwicklungsmotor**

127 Konflikte sind nicht verwerflich

128 Familienstreit im Alltag

131 Streit unter Geschwistern

139 VERTRAUEN STATT KONTROLLE

140 **Wie es häufig ist: Vertrauen fällt schwer**

141 Alle müssen funktionieren

142 Lob und Belohnung sollen helfen

146 **Selbstvertrauen und Selbstwert stärken**

146 Du bist okay, so wie du bist

147 Wie Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten entsteht

148 Bestärken ist besser als loben

150 **Wie konsequent muss ich sein?**

150 Konsequent sein heißt oft, rücksichtslos werden

152 Besser konsistent als konsequent

155 DIALOG STATT MONOLOG

156 **Wie es häufig ist: Verhöre und Vorwürfe**

156 Gespräche mit Hintertürchen

157 Wenn Eltern reden und Kinder schweigen

160 **Mit Kindern im gleichwertigen Austausch**

161 Sieben Aspekte einer gelingenden Kommunikation

162 Der persönliche Dialog in der Familie

166 Keine doppelten Botschaften senden

168 Von sich selbst sprechen

171 MITEINANDER STATT GEGENEINANDER

172 **Wie es häufig ist: Fronten entstehen**

173 Eltern fühlen sich persönlich angegriffen

174 Wir verlangen zu viel

176 **Kinder sind loyal und kooperativ**

176 Woher kommt die Verweigerung?

177 Wenn Kinder im Moment überfordert sind

182 Wenn Kinder sich dauerhaft verweigern

184 **Etwas miteinander machen und erleben**

184 Alltagssituationen nutzen

185 Besondere gemeinsame Projekte

186 Was Kinder brauchen – wie Beziehung gelingt

188 Service