

# Inhalt

<b>Einleitung .....</b>	<b>9</b>
<b>Die Ankerfunktion: Das Grundprinzip</b>	
<b>gelingender Erziehung .....</b>	<b>13</b>
Das Geheimnis gelingender Erziehung .....	15
Struktur: Die erste Form der Verankerung .....	19
Präsenz und wachsame Sorge: Die zweite Form	
der Verankerung .....	19
Selbstkontrolle und Deeskalation: Die dritte Form	
der Verankerung .....	21
Unterstützung: Die vierte Form der Verankerung .....	22
Zusammenfassung .....	22
<b>Präsenz oder die Kunst des Daseins .....</b>	<b>25</b>
Innere und äußere Präsenz .....	28
Wie kann elterliche Präsenz entwickelt und aufgebaut werden?	30
Exkurs: Helikoptereltern oder wenn die eigene Angst	
die Erziehung bestimmt .....	33
Zusammenfassung .....	35
<b>Wachsame Sorge oder die Kunst, Gefahren vorzubeugen .....</b>	<b>37</b>
Wachsame Sorge als flexibler Prozess .....	38
Fallen der wachsam Sorge .....	44
Die Umsetzung wachsamer Sorge im Alltag .....	48
Zusammenfassung .....	55

<b>Deeskalation oder die Kunst der Selbststeuerung .....</b>	57
Aus Eskalationsspiralen aussteigen .....	59
Stressverarbeitung: Etwas Neurobiologie .....	60
Wege zur Deeskalation und Selbstbeherrschung .....	62
Ist Deeskalation erlernbar? .....	71
Zusammenfassung .....	73
<b>Gemeinsam erziehen oder die Kunst der Unterstützung ....</b>	75
Auf dem Weg zum Unterstützernetzwerk:	
Stolpersteine umgehen .....	77
Grundsätze für die Organisation eines Unterstützernetzwerks	80
Potenzielle Helfer: Wer kann unterstützen? .....	84
Unterstützerrollen: Wie können andere helfen? .....	88
Die Funktion therapeutischer Fachkräfte im	
Unterstützungsprozess .....	90
Die Unterstützerkonferenz: Eine besondere Form	
des Zusammenwirkens .....	92
Zusammenfassung .....	95
<b>Widerstand oder die Kunst, Alternativen zur Strafe</b>	
<b>zu entwickeln .....</b>	97
Erziehungsziele erreichen: Belohnen, Bestrafen	
oder Ausdiskutieren? .....	99
Die Alternative: Elterlicher Widerstand gegen destruktives	
und gefährliches Verhalten .....	103
Formen des Widerstands .....	105
Zusammenfassung .....	114
<b>Alles wird gut oder die Kunst der Wiedergutmachung ....</b>	119
Die Bedeutung von Wiedergutmachung .....	121
Wiedergutmachung als Prozess, an dem Eltern und Kind	
beteiligt sind .....	122
Der Ablauf eines Wiedergutmachungsprozesses .....	124
Zusammenfassung .....	131

<b>Das Geheimnis starker Eltern: Gelingende Erziehung ist keine Zauberei</b> .....	133
<b>Anstelle einer Schlusswortes: Gelingende Erziehung und das elterliche Nein</b> .....	135
<b>Danksagung</b> .....	143
<b>Zum Weiterlesen</b> .....	145