

# Inhalt

<b>Sozialkompetenz und ihre Bedeutung im Alltag .....</b>	<b>1</b>
Was ist Sozialkompetenz? .....	2
Warum ist Sozialkompetenz wichtig? .....	9
Die Rolle der Eltern bei der Sozialkompetenzentwicklung.....	13
<b>Die Grundbausteine der Sozialkompetenz.....</b>	<b>20</b>
Empathie entwickeln .....	20
Konfliktlösungsfähigkeiten aufbauen .....	28
Selbstregulation und Selbstkontrolle .....	36
<b>Sozialkompetenz von klein auf fördern .....</b>	<b>45</b>
Die Bedeutung frühkindlicher Entwicklung .....	45
Spiel als Werkzeug zur Sozialkompetenzförderung .....	51
Kommunikation mit Kleinkindern.....	58
Emotionale Intelligenz bei Kindern .....	66
<b>Positive Sprache im Familienalltag.....</b>	<b>74</b>
Die Rolle von Empathie und Verständnis .....	93
Konflikte konstruktiv lösen.....	99
<b>Sozialkompetenz im Alltag aufbauen .....</b>	<b>105</b>
Sozialkompetenz durch Aktivitäten und Spiele fördern.....	105
Der Einfluss von Vorbildern .....	110
Teilen und die Bedeutung von Großzügigkeit .....	114
Gesunde soziale Beziehungen aufbauen.....	117
<b>Sozialkompetenz in herausfordernden Familienkonstellationen fördern .....</b>	<b>121</b>
Alleinerziehende Eltern und Sozialkompetenz.....	121
Patchwork-Familien und Beziehungen stärken .....	125
Geschwisterkonflikte und ihre Bedeutung .....	129
Besondere Herausforderungen wie Autismus oder ADHS .....	133
<b>Gemeinsam Sozialkompetenz entwickeln: Eltern und Kinder in Verbindung .....</b>	<b>137</b>
Die Eltern-Kind-Beziehung stärken und gemeinsame Aktivitäten .....	137
Das Gespräch mit den Kindern suchen.....	143
Das Erkennen und Fördern individueller Stärken.....	147

<b>Bonus: Einschätzung der Sozialkompetenz Ihrer Kinder.....</b>	<b>152</b>
Der Selbsteinschätzungsbogen .....	152
Auswertung der Selbsteinschätzung.....	157
Gezielte Förderung der einzelnen Bausteine.....	161
<b>Sozialkompetenz als fundamentaler Bestandteil menschlicher Entwicklung.....</b>	<b>171</b>