

Inhalt

Vorwort 4

1

GROSSLIEBEN STATT GROSSZIEHEN 6

- Selbstbewusstsein und Selbstwirksamkeit 7
- Stilles Beobachten und geduldiges Begleiten 8
- Kinder sind gleichwertig, aber nicht gleichberechtigt 10
 - Die Eltern-Kind-Beziehung 13
 - Die kindliche Entwicklung 16
- Die wichtigsten Merkmale einer Ja-Umgebung 22

2

ICH LEBE IN EINER GEMEINSCHAFT 24

- Wir sind alle wichtig 25
- Ich halte Regeln ein 28
- Ich setze Grenzen und sage Nein 33
- Ich sage Bitte, Danke und Entschuldigung 46
- Ich fühle mich wertvoll 51
- Ich lerne teilen 55

3

ICH LEBE ZU HAUSE MIT MEINER FAMILIE 60

- Ich helfe im Haushalt 61
- Ich esse gesund 80
- Ich entscheide mit 91
- Wir sprechen miteinander 95

4

ICH KÜMMERE MICH UM MEINEN KÖRPER 100

- Ich wasche mich 101
- Ich lerne Zähne putzen 105

Ich werde trocken 110
Ich ziehe mich an 116

5

ICH KANN MICH BESCHÄFTIGEN 126

Ich schalte auch mal ab 125
Ich lerne spielend 130
Ich spiele in der Natur 133
Ich spiele mit Freunden 135
Ich spiele allein 137
Wie viel Spielzeug braucht mein Kind? 140

6

ICH KANN GUT SCHLAFEN 150

Kein Kind muss allein schlafen 151
Einschlafbegleitung statt Schlafraining? 156
Kein Kind muss schlafen lernen 160
Schlafprobleme 164

7

ICH KANN MICH AUCH MAL TRENNEN 168

Die Kita-Eingewöhnung 169
Das unsichtbare Band zwischen Eltern und Kind 182
Ich schlafe heute woanders 184
Ein Leben voller Übergänge 187

Über die Autorin 190
Impressum 192