

VORWORT 13

EINLEITUNG 15

FRÜHE KINDHEIT VON NULL BIS DREI 21

LIEBE UND NESTWÄRME 23

*Geborgen im Bettchen 24 | Pucken 24 | Gesehen werden 25 |
Blickkontakt 25 | Wie fühlt sich das kleine Kind – so «nebenher»? 26*

WENN DAS BABY WEINT 27

*Vorsicht – nicht schütteln! 28 | Gehüllt und geborgen 29 |
Mit Mützchen ins Freie 30*

DAS KIND STEHT – UND GEHT! 31

*Kindern Anstrengungen gönnen 31 | Der Drang zur Eigenaktivität 32 |
Die ersten Schritte ins Leben 32*

GEHEN UND SPRECHEN 33

*Ohne Schnuller und Flasche 34 |
Trinken aus dem Becher fördert das Sprechenlernen 34*

KINDER WOLLEN SELBERKÖNNER SEIN 35

*Alleine! 35 | Ab wann können Kinder schon mithelfen? 37 |
Elementares Verlangen nach Nähe 37*

UND WENN DAS KIND IN DIE KIPPE KOMMT? 38

*Bindungsrituale 39 | Bewegen bringt Segen 39 | Wieder zu Hause 40 |
Neben den Eltern tätig sein dürfen 40*

QUALITÄTSZEIT 42

KLEINKINDZEIT UND KINDERGARTENALTER 45

GEHEN – SPRECHEN – DENKEN 47

FRAGEALTER: WARUM? 48

Fragen nie überhören 48 | Fragen stellen ist eine grundlegende menschliche Fähigkeit 49 | Antworten in Bildern 50

NESTWÄRME 51

DIE BEIDEN JAHRE VOR DER SCHULREIFE 55

JETZT BIN ICH SCHON GROSS 57

Das kann ich schon allein! 57 | Einfache Handwerksarbeiten 59

«MIR IST SO LANGWEILIG» 60

ERWACHSENE BRAUCHEN SICH NICHT IMMER EINZUMISCHEN 61

GESTÄRKT INS LEBEN MIT ALLEN SINNEN 65

GESUNDE SINNESENTWICKLUNG 67

KINDER KOMMEN SINNESFREUDIG ZUR WELT 68

Wie gehen wir Erwachsenen damit um? 69 | Die Basissinne 70 | Genügend zu tun für die Basissinne? 71

GESUNDE SINNESENTWICKLUNG 72

Mitarbeiten und tun macht klug 73 | Selber tätig zu sein befähigt die Sinne – Passivität bewirkt das Gegenteil 74 | Ermutigung statt Verwöhnmodus 74 | Wieder in Ordnung bringen 75

REIZÜBERFLUTUNG 76

GBORGENHEIT ÜBER DEN TASTSINN SPÜREN 78

Greifen – begreifen – denken 79 | Eine sinnesreiche Umgebung 79

EIN FEINES GEHÖR AUSBILDEN 81

RIECHEN UND SCHMECKEN 82

EINE GUTE NASE HABEN 83

ESSEN RIECHEN UND SCHMECKEN 84

In der Küche 85 | Ich rieche was, was du nicht riechst 87

ZEICHNEN UND MALEN 89

Das Kind malt aus sich selbst 89 | Kinder brauchen genügend Gelegenheit zum Zeichnen 90 | Kinder zeichnen – täglich 91 | Malecke 92 | Kinderzeichnungen – nicht einmischen 93 | Malen mit Wasserfarben 94 | Und los geht's mit dem Malvergnügen! 96 | Kneten mit Bienenwachs 97 | Vorbereitungen zum Kneten 97 | Bienenknetwachs ab drei 98

TEIG ZUBEREITEN UND KNETEN 99

SPRECHEN – SINGEN – KLINGEN 103

MENSCH UND SPRACHE 105

KINDER HABEN FREUDE AN DER SPRACHE 106

Kinder sind nie zu klein, um mit ihnen zu sprechen 106 | Kosespiele – Zwiesprache 107

ABER MEIN KIND SPRICHT NICHT 108

Sprechen wir genügend mit dem Kind? 109 | Ganz beim Kind?

Der Umgang mit dem Handy 111 | Bewegen – sprechen – denken 112

HAND- UND FINGERSPIELE 113

ERZÄHLEN UND VORLESEN 120

ERWACHSENE SIND VORBILDER 123

WAS TREIBT EIN KIND AN? 125

DIE BEDEUTUNG DES VORBILDS 125

Vorbildrolle annehmen 126 | Die magische Rüstung der Kindheit 127

ALLTÄGLICHES EINÜBEN 128

Und wenn das Kind etwas anstellt? 129 | Kinder wollen Aufgaben – Kinder brauchen Aufgaben 129 | Ich probiere – ich kann 130 |

Froh gestimmt Alltägliches tun. Tun statt sagen 131 |
Belohnungen schaden 132

VORLEBEN UND ANLEITEN 132

HALT UND GRENZEN 135

KINDER SUCHEN HALT UND GRENZEN 137

Regeln erleichtern Grenzen 138 | *Grenzen einüben* 139 | *Trotz* 140 |
Aber mein Kind will mich ärgern 141 | *Was tun, wenn das Kind
brüllt?* 141 | *Mein Kind rastet dann aus* 142 | *Das will ich aber!* 143 |
Im Supermarkt 144 | *Vorbauen für das nächste Mal* 145

KINDER STREITEN 146

RHYTHMUS, REGELMÄSSIGKEIT, RITUALE 149

RHYTHMEN SIND VERLÄSSLICH 151

EINEN TAG-NACHT-RHYTHMUS EINÜBEN 152

VERLÄSSLICHER TAGESABLAUF MIT RITUALEN 154

MORGENS 154

Erfrischender Tagesbeginn mit einem schönen Morgenritual 154 |
Fröhlich in den Tag 155 | *Gemeinsames Frühstück* 157 | «*Abschieds-
ritual*» 158 | «*Wiedersehensritual*» 159 | «*Ankunftsritual*» 159

ESSEN OHNE STRESS – RHYTHMUS UND RITUALE 160

Rituale rings ums Essen 161 | *Gemeinsam am schön
gedeckten Tisch* 162 | *Auch das Auge isst mit* 163

PAUSE MACHEN IST MEHR ALS NUR RUHE GEBEN 163

ENTSPANNTER ABENDABLAUF 166

Aufräumen am Abend 166 | *Kinder brauchen genügend Schlaf* 167 |
Abends ist immer alles gut 169 | *Ein schönes Abendritual* 169 | *Das war
heute besonders* 170 | *Frei erzählt* 171 | *Ausklang zur guten Nacht* 171 |
Feierabend für Eltern 173

DEN ALLTAG BEREICHERN 175

SCHÖNE WORTE: ENTDECKEN, VORLESEN, MIT FIGUREN ERZÄHLEN 177

Alltagserlebnisse in Bildern erzählen 177 | Geschichten erfinden 179 | Anfangsmärchen – Kettenmärchen 180 | Grimms Märchen 183 | Immer wieder das gleiche Märchen – persönlich erzählt 184 | Innere Bilder entstehen 185 | Erzählen und vorlesen 186 | Was tun, damit die Kinder auch zuhören? 187

JAHRESZEITEN – FESTESZEITEN 187

Das Innenleben stärken: Jahreszeiten 188 | Vertraut werden mit dem Jahreslauf 189 | Der Jahreszeitentisch 190 | Kinder brauchen Geborgenheit im Raum 191 | Etwas Besonderes im Blickfeld 192 | Das Zaubertuch 194

WERTE 197

WELCHE WERTE LEBEN WIR VOR? 199

Versprechen auch einhalten 200 | Sich selbst achten 200 | Schießen ist kein Spaß 201 | Was du nicht willst, das man dir tu 202

WERTE STÄRKEN DAS ZUSAMMENLEBEN 203

UMGANGSREGELN 204

Grüßen zu können heißt: Wertschätzung zeigen 205 | Im Unhöf-Land 205 | Bitte – danke! 206 | Denken – danken 207 | «Tut mir leid!» 210

ETWAS WERTSCHÄTZEN – ESSEN WERTSCHÄTZEN 211

Das Innenleben stärken 212 | Beten – Abendgebet 213 | Entdecken und staunen 214 | Zum Staunen gehören immer zwei 214 | Schade, wenn wir vorbeigehen 215 | Staunenswertes anbahnen und tun 216

DER WERT DER EIGENEN KULTUR 217

SPIELEN 219

SPIELEN VON NULL BIS DREI 221

Selbstbestimmtes Spielen 221 | Kinderzeit ist Spielzeit 222 | Kinder brauchen eine anregende Spielatmosphäre 222 | Praktische Arbeit regt zum Spielen an 223 | Miteinander spielen und erzählen 224 | Selbstständiges Spielen 225 | Spielen und selbst experimentieren 225 | Eine Tüte Vergnügen 226 | Eltern als Mitspieler: von null bis drei 227 | Bewegungsspiele mit kleinen Kindern 229

SPIELEN VON DREI BIS FÜNF 232

Fantasie 232 | Verwandeln und spielen 233

FANTASIE IST WICHTIGER ALS ABSTRAKTES DENKEN 234

Eltern als Mitspieler: von drei bis fünf 235 | Ball spielen mit den Händen – warum? 235 | Kleine Versteckspiele 236

SPIELE FÜR KINDER VON FÜNF BIS SIEBEN 239

Spiele planen und fantasievoll gestalten 239 | Mein Kind kann nicht spielen 239 | Spielideen aus der Natur 240 | Eltern sind Mitspieler – Spielregeln einüben 241 | Spiele mit Spielregeln 242

SPIELEN – SPIELSACHEN 243

Die Spielzeugflut eindämmen 244 | Weniger ist mehr 245 | Welches Spielzeug? 246 | Welches Spielzeug kaufen? 247

EINE PUPPE ZUM LIEBHABEN 249

Die individuelle Puppe 249 | Eine Lieblingspuppe? 250 | Physisches wirkt nach innen 251 | Kinder brauchen Spieltiere in artgemäßen Formen 252 | Die Puppe als Begleiterin der inneren Entwicklung 252 | Eine Puppe für einen Jungen? 253

SPIELEN IM FREIEN 255

Kinder brauchen Elementares 256 | Rennen, Klettern und Schaukeln 258 | Fröhliche Gehspiele, die den Heimweg verkürzen 258

MEINE LIEBE KINDERWELT 263

MAGISCHES ALTER 265

Antworten in Bildern 266 | Unsichtbare Gefährten 267 | Kindern ihre magische Welt gönnen 268 | Zwerge, Elfen, Feen 269 | Unser Gute-Nacht-Zwerg 271

MITERZIEHER 273

DIE WIRKLICHE UND DIE KÜNSTLICHE WELT 275

WERBEBOTSCHAFTEN – SPEZIELL FÜR KINDER 276

Comichelden als Leitfiguren? 278 | Vereinnahmung der kindlichen Arglosigkeit 279 | Sich nicht vereinnahmen lassen 280

GEWALT 280

Die Werteverordnung der Medien 281 | Action und Ängste 282 | Selbstbestimmt entscheiden 283

COMPUTER FÜR DIE KLEINSTEN? 284

«Je früher, umso besser»? 284 | Kinder werden aus der Kindheit verjagt 285 | Am Bildschirm kreativ sein, spielen und lernen? 286 | Als ob Kinder keine Fantasie hätten 287 | Künstliche Bilder überdecken die eigene Fantasie 288 | Spielen und lernen am Computer? 289 | Das Prinzip ist Unterordnung 290 | Auswirkungen auf das Sehen 290 | Geistige Entwicklungsmöglichkeiten 291 | Unterdrückung der aktiven Sprache 293 | Kinder und Erzieher in der modernen Welt 293 | Gegengewichte im Medienzeitalter 294

SCHLUSS 297

ANMERKUNGEN 303