

Inhalt

Vorwort	8
Einleitung: das Trotzkopfalter	11
Was bedeutet Trotz?	16
Die emotionelle Welt der Zwei- bis Vierjährigen	16
Anlässe für trotziges Verhalten	18
„Ich will alleine!“	18
Das Kind hat noch kein Zeitgefühl	21
In das Spiel vertieft.	24
Veränderte Gewohnheiten oder Rituale	26
Vorsicht vor zu vielen Neins	29
Alles hat seine Ordnung	33
Müdigkeit oder Überforderung als Trotzauslöser	35
Gefühle und Reaktionen der Eltern in der Trotzphase	37
Die wichtigsten Tipps und Strategien im Überblick	38
Entwicklungspsychologische Erklärung der Trotzphase	50
Kindliche Wutausbrüche und Aggressionen	54
Die Entwicklung kindlicher Aggressionen	54
(Psycho)logische Gründe	58
Neugierde und Lebensfreude	58
Die Reaktionen der Eltern	59

Entdeckungs- und Forscherdrang	60
Eifersucht	62
Macht ausüben	63
Kontakt aufnehmen	65
„Ich will jetzt nicht!“	66
Entwicklungspsychologische Erklärung:	
Grund und Ziel von Aggressionen	68
Wissenschaftliche Erklärungsversuche	
Aggression ist eine Folge von Frustration	70
Aggression als Lebenstrieb	73
Der Zusammenhang zwischen Erziehungsstil und kindlicher Aggression	75
Ursachen der kindlichen Aggressionen	77
Das Erziehungsverhalten der Eltern	77
Geschwisterstreit – Geschwisterneid	87
Das kindliche Umfeld	97
Entwicklungspsychologische Erklärung:	
Das Wichtigste über kindliche Aggressionen	103
 Erziehungshilfen für Eltern	
Das eigene Erziehungsverhalten überprüfen	106
Beobachten des Elternverhaltens	107
Welche Erziehungseinstellung habe ich?	109
Ursachen elterlicher Frustrationen	115

Das Erziehungs-ABC: Was heißt eigentlich erziehen? . . .	123
Jedes Verhalten wird erlernt	125
Kindliches Verhalten beschreiben	127
Kindliches Verhalten beobachten	133
Ein Verhaltensprotokoll anlegen	139
Der Zusammenhang zwischen Verhalten und Zuwendung	142
Verhalten wird durch Zuwendung verstärkt	143
Grenzen setzen, aber wie?	156
Klare Regeln aufstellen	157
Zu viele Neins vermeiden	158
Strafen haben Nebenwirkungen	160
Überzeugen statt Verbieten	163
Der Familiencheck	166
Schlusswort	168
Anhang	170
Adressen, die weiterhelfen	170
Bücher zum Weiterlesen	171
Register	172