

Inhalt

Vorwort	10
Das ist uns wichtig	12
Guten Morgen	16
Wecken	16
Ich kann mich schon alleine anziehen	17
Das zieh ich nicht an!	19
Den Tag besprechen	21
Ich gehe in den Kindergarten	22
Die ersten Tage im Kindergarten	22
Ein Kuscheltier gibt Sicherheit	24
Verabschieden im Kindergarten	25
Trennungsängste bei Kindergartenkindern	27
Abholen aus dem Kindergarten	32
Konflikte mit den Erzieherinnen	33
Am Tag	35
Werte – was Ihnen lieb und wichtig ist	35
Aufforderungen nachkommen	36
Nein	38
Regeln	40

Fehler erklären	43
Strafen	43
Machtkämpfe	45
Ängste – wann ist was normal?	47
Vom Hören und Zuhören	49
Stille Zeit und Auszeit	52
Förderung – Überforderung	54
Probleme sind da, um sie zu lösen	55
Spielen – verlieren lernen und schummeln	57
Oje, es regnet	58
Wie sieht's denn hier aus? – Aufräumen	60
Fernsehkonsum von Kindern	62
Hilfe, mein Kind ist wasserscheu!	66
Autofahren – Tortur oder Freude?	68
Wünsche erfüllen	70
Wochenende – Sonderregelungen?	71
Vertauschte Rollen	71
Die liebe Familie	76
Nachwuchs – das neue Baby	76
Zweisamkeit	78
Freundschaften pflegen	80
Der beste Freund, die beste Freundin	80
„Die Susi ist nicht mehr meine Freundin“	81
Der erste Besuch von Freunden aus dem Kindergarten	82
Der erste Besuch bei den Kindergartenfreunden	84

Freunde treffen – auch mit Kindern?	86
Besuch bei Freunden	87
Gemeinsam essen und feiern	89
Mama, das schmeckt mir nicht!	89
Vom Gemüsemuffel zum Gemüsefan	91
Gesunde Ernährung schon bei den Kleinsten	92
Abendessen	94
Süßigkeiten	95
Das Frühstück kommt wieder aus dem Kindergarten zurück	96
Restaurantbesuch	97
Welches Geschirr und Besteck in welchem Alter?	100
Geburtstag feiern	100
Geschenke – was und wie viele?	102
Silvester: Krach, Knaller und Partylaune	104
Knigge & Co.	106
Schlechtes Benehmen, unangemessenes Benehmen	106
Kinder-Knigge – die ersten „Guten Manieren“	107
Ups, ein Pups!	110
Sauber und gesund	111
Wasch deine Hände!	111
Ab in die Wanne	112
Duschen: Wenn's mal schnell gehen soll	113

Meine Haare wasch' ich nicht	114
Hallo, Herr Doktor	117
Aua-Pusten und was noch so hilft	118
Zähne putzen nicht vergessen!	120
Vor dem Zahnarzt muss man keine Angst haben	123
Wackelzahn & Zahnfee	124
Tschüss, Windeln	124

Am Abend	131
So war der Tag	131
Dinge für den nächsten Tag vorbereiten	132

Gute Nacht, mein Schatz	134
Zubettgehen – der allabendliche Kampf	134
Schlafen – Angst vorm Einschlafen oder doch nur Quengelei?	135
Ohne Schwierigkeiten ins Land der Träume	136
Angst im Dunkeln	139
Albträume	140
Nachtschreck	142
Nachtlicht	144
Durchschlafen	145
Bettnässen	147
Daumenlutschen	148
Besuch im Elternbett	150
Gutenachtgeschichten vorlesen	152
Schnullerentwöhnung: So fällt der Abschied leichter!	154

Handeln und Verhalten von Kindern (und Eltern)	156
ADHS	156
Aggressives Verhalten	159
Hilfe, mein Kind ist hochbegabt	161
Hören können – hören wollen	163
Jammern und quengeln	165
Klammern	168
Lüge oder Märchengeschichte?	169
Mir ist sooo langweilig!	171
Geringes Selbstwertgefühl	173
Die Quasselstripe	178
Schimpfwörter	180
Mein Kind sagt: „Blöde Mama“	181
Schlagen, treten, raufen	182
Schreien – wie Sie damit am besten umgehen	183
Schüchternheit	184
Supermarkt: Ich will das haben!	186
Stehlen	187
Teilen	189
Trödeln	194
Die Trotzphase	195
Ungehorsam – wenn Ihr Kind nicht gehorchen will	198
Verhalten gegenüber Älteren	201
Mein Kind läuft mir immer weg	201
Sich wehren	204
Wutmonster	205