

Vorwort	13
<b>EINFÜHRUNG</b>	
Damals, als Frieda Kinder bekam	17
Familienpolitik heute, kritisch betrachtet	18
Kinder sind das größte Geschenk!	21
<b>TEIL EINS</b>	
<b>SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT</b>	
Selbstvertrauen, schon vor der Geburt	27
Frisch auf der Welt, auch Eltern werden geboren	31
Von den alten Griechen und Rudolf Steiner	36
Weisheit in Rhythmus und Herzschlag	38
Die Geburt, ein Tor ohne Umkehr?	42
Versorgen oder Umsorgen?	43
Jedes Neugeborene hat seinen eigenen Beat	45
Wenn aus Eltern Singvögel werden	49
Babys, Flüsse und die Weisheit der Natur	51
Von Zweifeln am Glück, der Sehnsucht nach Freiheit, Schlafdefizit und gestressten Babys	54
<b>Q &amp; A</b>	
<b>SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT</b>	
Brauche ich eine Hebamme zur Nachsorge und Beratung?	61
Stillen, ja oder nein? Und wie lange?	61
Flaschen, Glas oder Plastik?	62
Müssen Schnuller und Sauger steril sein?	63

Stoffwindeln oder Einwegwindeln?	63
Wann darf ein neugeborenes Baby raus?	64
Soll ich einen prophylaktischen Allergietest auf Kuhmilch bei meinem Baby machen lassen?	64
Wann hat unser Liebesleben wieder Platz?	65
Muss das Kind immer im Vordergrund stehen?	65
Mein Kind wurde zu früh geboren. Wie kann ich die Bindung, die es durch die Zeit auf der Neonatologie nicht bekommen konnte, trotzdem herstellen?	67

## **TEIL ZWEI, Die ersten drei Jahre**

### **FRÜHKINDLICHE BETREUUNGSMODELLE**

Elternzeit in Anspruch nehmen?	71
Von Unverständnis, Ängsten und Stolpersteinen	75
Großeltern können ein Segen sein	81
Mein persönliches Scheitern bei der frühen Betreuung	83
Tagesmutter-Glück	86
Abenteuer Au Pair?	90
Betreuung in der Krippe, Lernen oder Spielen?	95
Abschiedstränen, Vertrauen, und wie eine gute Krippen-Eingewöhnung gelingen kann	100
Jeden Tag das Gleiche ist langweilig, oder doch nicht?	102
Inklusion, alle gemeinsam?	106
Bilinguale Kindertagesstätten	109

## **FRÜHKINDLICHE ENTWICKLUNG**

Bremsen, hinterfragen oder applaudieren?	113
Ihr Baby im Reich der Sinne	116
Das riecht sooooo gut!	118
Mmmm, das fühlt sich gut an...	124
Schmeckt es?	128
Ich sehe was, was du nicht siehst	132
Musik in meinen Ohren	133
He, mein Körper macht schon tolle Sachen!	135
Ich schaff' das auch alleine!	138
Spannende Entdecker	141
Die Nachahmung	146
Der Mini-Knigge	149
Erzähl mir was	155
Lummelass, Schlapplappen und Co.	158
Aber ja, ich helfe doch gern!	162
Die Trotzphase	165
Zweifel, Fragen und die Kunst der Erziehung	168
Kontinuität im Kinderleben	170

## **Q & A**

### **DIE ERSTEN DREI JAHRE**

Wann melde ich mein Kind in einer Tageseinrichtung an? Wie sind die Chancen, dass ich einen Platz meiner Wahl bekomme?	175
Bin ich eine Rabenmutter, wenn ich mein Kind schon mit wenigen Monaten in die Krippe gebe?	175

Gibt es für einkommensschwache Familien finanzielle Hilfen vom Staat für die Betreuungskosten?	177
Lohnt es sich, einen Krippenplatz einzuklagen?	178
Was macht eine kompetente Erzieherin oder Kinderpflegerin aus?	180
Wir sind zufrieden mit dem Krippenplatz – trotzdem hat unser Kind Schwierigkeiten mit der Eingewöhnung.	182
Ist es gut, wenn Krippenkinder bei Wind und Wetter raus gehen?	184
Wie kann ich einen Einblick in die Organisation einer Kindertagesstätte bekommen?	184
Was mache ich, wenn die Krippe geschlossen hat?	185
Sollte man Kinderfreundschaften im Krippenalter ernst nehmen?	186

## **TEIL DREI, Ab in den Kindergarten**

### **BETREUUNGSMODELLE IN DER KINDERGARTENZEIT**

Keine einfache Wahl. Und was sagt das Ohr dazu?	189
Der Waldorfkindergarten	192
Rhythmus und Wiederholung	194
Vorbild und Nachahmung	196
Sinnespflege	197
Wo kommt das Brot her?	198
Vorbereitungen auf die Schule	199
Der Montessori-Kindergarten	201
Spielmaterialien nach Maria Montessori	203
Der Waldkindergarten	205
Der städtische Kindergarten	210

Der kirchliche Kindergarten	212
Der Privatkindergarten mit Förderangeboten	213
Die Elterninitiative	214

## **DIE ENTWICKLUNG IN DER KINDERGARTENZEIT**

Wer bist du eigentlich?	219
Entwicklung wie im Lehrbuch?	220
Phantasie, Kreativität und die NASA	221
Die Sonntags-Tankstelle	224
Natur darf anstrengend sein	225
Medien und die Entwicklung der Gehirnstrukturen	227
Zurück auf Start	233
Von Joghurtbechern, Tränen und wackelnden Zähnen	238
Fit für die Schule	243
Das Erwerben der verschiedenen Kompetenzen	245
Die Körper- und Bewegungskompetenz	246
Die Sinnes- und Wahrnehmungskompetenz	248
Die Sprachkompetenz	249
Die Sozialkompetenz	250
Die Motivations- und Konzentrationskompetenz	251
Die ethisch-moralische Wertekompetenz	252

## **Q & A**

### **AB IN DEN KINDERGARTEN**

Ab wann sollte man das Kind von Schnuller und Flasche entwöhnen?	255
---	-----

Unser Kind ist krank, und wir müssen arbeiten. Dürfen wir es trotzdem in den Kindergarten bringen?	256
Unser Kind will nicht alleine einschlafen, was sollen wir tun?	257
Ab wann braucht unser Kind keinen Mittags- schlaf mehr?	258
Können wir unser Kind ruhigen Gewissens schon vor dem dritten Geburtstag in den Kindergarten geben?	259
Ab wann sollte unser Kind trocken sein?	260
Unser Kind wird ein Einzelkind bleiben. Wie erkläre ich das?	261
Wir möchten unser Kind zweisprachig erziehen. Kann das negative Auswirkungen haben?	261
Ist eine fernsehfremde Kinderzeit wirklich realistisch?	262
Haben Bilderbücher einen ähnlichen Effekt wie das Fernsehen?	264
Ein kurzer Blick auf Schule und Hort	266
Dreißig zu dreizehn – wie organisiert man Schulferien?	268
Der Rubikon – allein im Wandel der Gefühle	269
 NACHWORT	 277
DANK	278
 Glossar	 279
Quellenangaben	280
Literatur- und Filmhinweise	280