

Inhalt

Vorwort	11
1 So lang du deine Füße	15
Was ist Erziehung? Und wie viel brauchen Kinder davon?	
2 Du, ich bin schwanger!	19
Wie können wir uns vorbereiten aufs Elternsein?	
Wie werden wir gute Eltern?	
3 Es ist ein Baby!	23
Wie gelingt die erste Zeit mit dem neuen Mitbewohner?	
4 Und jetzt: Ab in die Krippe!	27
Kommt unser Baby damit zurecht, wenn es auch fremdbetreut wird?	
5 Ich mag dich so (wie du bist)!	31
Wie liebe ich mein Kind?	
6 Ich kann nicht einschlafen!	34
Wie schafft man es, dass abends Ruhe einkehrt zu Hause?	
7 Das schmeckt mir nicht!	38
Wie kann ich die Mahlzeiten in der Familie genießen – auch wenn nicht jeder den gleichen Geschmack hat?	
8 Das will ich alleine machen!	42
Wie kann ich mein Kind beim Selbstständigwerden unterstützen?	
9 Ich will nicht!	45
Wie geht man um mit dem Dauer-Nein eines Zweijährigen?	

10 Teil schön deine Sachen!	48
Wie erreiche ich, dass mein Kind ein soziales Wesen wird?	
11 Du weinst? Dann bin ich auch traurig!	51
Kinder kooperieren immer – was können wir Eltern daraus lernen?	
12 Ich passe auf mich auf!	55
Wie schütze ich meine Integrität – und auch die meines Kindes?	
13 Das hast du toll gemacht!	58
Wie viel Lob brauchen unsere Kinder?	
14 Du bist schuld!	62
Wie übernehme ich Verantwortung in der Familie?	
15 Heute machen wir eine Familienkonferenz!	66
Wie geht das – ein Familiengespräch nach Regeln?	
16 Wir sind beide gleich viel wert!	74
Ein gleichwürdiger Umgang mit unseren Kindern – wie sieht der genau aus?	
17 So bin ich eben!	77
Authentisch zu sein – wie sieht das aus 24 Stunden am Tag?	
18 Das will ich! Und das will ich nicht!	81
Wie rede ich mit meinen Kindern in einer persönlichen Sprache?	
19 Die Jeans ist voll cool!	85
Wie geht man um mit Markenwahn und Dauer-Werbung?	
20 Gott ist in allen Dingen!	90
Wie viel Religion brauchen Kinder?	
21 Und jetzt machen wir Topfschlagen!	94
Wie gelingt der Kindergeburtstag?	

22 Sag schön »Guten Tag«!	97
Wie wird aus meinem Kind ein freundliches Wesen, das sich gut benimmt?	
23 Das mach ich später!	101
Kann mein Grundschulkind die Hausaufgaben wirklich schon alleine machen?	
24 Ich will, dass aus dir was wird!	105
Wie sehr dürfen wir die schulische Laufbahn unserer Kinder bestimmen?	
25 Komm, mein Sohn, wir bauen ein Baumhaus!	108
Wie werde ich ein guter Vater?	
26 Ich geh aber nicht mit zum Wandern!	113
Wie gelingt unser Wochenend-Ausflug?	
27 Du bist frei, mein Kind!	116
Freiheit in der Familie – wie viel brauchen wir davon?	
28 Schluss jetzt!	121
Welche Grenzen braucht mein Kind?	
29 Wenn du den Computer jetzt nicht ausmachst, darfst du heute Abend nicht fernsehen!	124
Wie viel Konsequenz brauchen Kinder?	
30 Nein!	129
Wie verbiete ich etwas?	
31 Ich bin der Chef!	133
Wie übernehme ich die Führung in der Familie?	
32 Ich will doch nur dein Bestes!	137
Wie kann ich erreichen, dass meine Kinder glücklich sind?	
33 Ich will ein Handy!	141
Wie geht man mit den vielen Wünschen der Kinder um?	

34 Bald bist du ein großer Bruder!	144
Wie bereite ich mein Kind darauf vor, dass wir Zuwachs bekommen?	
35 Bitte vertragst euch!	147
Muss man sich immer einmischen, wenn die Kinder sich streiten?	
36 Wo fahren wir im Sommer hin?	151
Wie gelingt unser Urlaub?	
37 Ich tu alles für dich!	156
Wie schaffen wir es, die Kinder nicht zu sehr zu verwöhnen?	
38 Ich will so nicht weitermachen!	161
Wie ändere ich mich?	
39 Das ist mein Leben!	165
Wie bleibe ich mit meinen jugendlichen Kindern im Gespräch?	
40 Darf ich an den Computer?	170
Wie sieht eine sinnvolle Medienerziehung aus?	
41 Tom ist voll süß!	175
Mein Kind ist verliebt – und jetzt?	
42 Ich trinke eh nie was!	179
Die Versuchungen der Jugend – wie gehen wir Erwachsenen damit um?	
43 Ohne mich!	185
Die Kinder werden flügge – muss man jetzt also alleine wandern?	
44 Du und ich und die Kinder	189
Wie bleiben wir trotz Familie ein Paar? Und als dieses Paar im Zentrum der Familie?	

45 Ich werde dich verlassen!	194
Wie trennt man sich, ohne zu viel Schaden anzurichten?	
46 Wir müssen euch was sagen!	198
Wie erklärt man den Kindern, dass man sich trennt?	
47 Dieses Wochenende seid ihr beim Papa!	203
Wie läuft der Alltag gut trotz Trennung?	
48 Kinder, das ist Harry, ich habe mich in ihn verliebt! .	210
Wie stelle ich den Kindern meinen neuen Freund vor?	
49 Tschüss, Großer, pass gut auf dich auf!	215
Dann sind die Kinder groß und ziehen aus. Und was wird jetzt aus uns, den Eltern?	
50 Unsere tollen Kinder!	219
Wie genießen wir Familie?	