

# INHALT

<b>Vorwort</b>	<b>6</b>
<b>Einleitung: das Trotzkopfalter</b>	<b>9</b>
Zum Aufbau dieses Buches .....	10
<b>Was bedeutet Trotz?</b>	<b>14</b>
Die emotionelle Welt der Zwei- bis Vierjährigen .....	14
Trotz als positiver Entwicklungsabschnitt .....	15
Anlässe für trotziges Verhalten .....	17
„Ich will alleine!“ .....	17
Das Kind hat noch kein Zeitgefühl .....	19
In das Spiel vertieft .....	22
Veränderte Gewohnheiten oder Rituale .....	24
Vorsicht vor zu vielen Neins .....	28
Alles hat seine Ordnung .....	32
Müdigkeit oder Überforderung als Trotzauslöser .....	34
Gefühle und Reaktionen der Eltern in der Trotzphase .	35
Die wichtigsten Tipps und Strategien im Überblick ....	37
Entwicklungspsychologische Erklärung der Trotzphase	48
<b>Kindliche Wutausbrüche und Aggressionen</b>	<b>52</b>
Die Entwicklung kindlicher Aggressionen .....	52
(Psycho)logische Gründe .....	56
Neugierde und Lebensfreude .....	56
Die Reaktionen der Eltern .....	57
Entdeckungs- und Forscherdrang .....	58

Eifersucht .....	60
Macht ausüben .....	61
Kontakt aufnehmen .....	63
„Ich will jetzt nicht!“ .....	64
Entwicklungspsychologische Erklärung: Grund und Ziel von Aggressionen .....	66
Wissenschaftliche Erklärungsversuche .....	68
Aggression ist eine Folge von Frustration .....	68
Aggression als Lebenstrieb .....	72
Der Zusammenhang zwischen Erziehungsstil und kind- licher Aggression .....	73
Ursachen der kindlichen Aggressionen .....	75
Das Erziehungsverhalten der Eltern .....	75
Geschwisterstreit – Geschwisterneid .....	85
Das kindliche Umfeld .....	96
Entwicklungspsychologische Erklärung: Das Wichtigste über kindliche Aggressionen .....	102

## **Erziehungshilfen für Eltern**

**104**

Das eigene Erziehungsverhalten überprüfen .....	104
Beobachten des Elternverhaltens .....	105
Welche Erziehungseinstellung habe ich? .....	108
Ursachen elterlicher Frustrationen .....	114

Das Erziehungs-ABC: Was heißt eigentlich erziehen? ..	121
Jedes Verhalten wird erlernt .....	123
Kindliches Verhalten beschreiben .....	124
Kindliches Verhalten beobachten .....	131
Ein Verhaltensprotokoll anlegen (B/C) .....	136
Der Zusammenhang zwischen Verhalten und Zuwen-	
dung .....	139
Verhalten wird durch Zuwendung verstärkt .....	140
Grenzen setzen, aber wie? .....	153
Klare Regeln aufstellen .....	155
Zu viele Neins vermeiden .....	156
Strafen haben Nebenwirkungen .....	158
Überzeugen statt verbieten .....	160
Der Familiencheck .....	164

<b>Schlusswort</b>	<b>166</b>
--------------------	------------

<b>Anhang</b>	<b>168</b>
---------------	------------

Wichtige Adressen, die weiterhelfen .....	168
Bücher zum Weiterlesen .....	170

<b>Register</b>	<b>171</b>
-----------------	------------