

INHALT

Vorwort	6
Einleitung: das Trotzkopfalter	9
Zum Aufbau dieses Buches	10
Was bedeutet Trotz?	14
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
Kindliche Wutausbrüche und Aggressionen	52
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 kindlicher 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 Zuwendung	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
Schlusswort	166
Anhang	168
Wichtige Adressen, die weiterhelfen	168
Bücher zum Weiterlesen	170
Register	171