

Einleitung	9
Was ist FenKid?	9
Warum Ihnen dieses Buch helfen wird	15
Beste Nahrung für Kinderseelen: Beziehungsvolle Pflege	17
Berührung – »Ich lass dich fühlen, was du für mich bist«	18
Feinfühligkeit	20
Elternfrage: »Muss ein Baby warten lernen?«	23
Beruhigung und Liebe über Hautkontakt geben	24
Sicherheit im Umgang miteinander	26
Wohltuende Pflege	26
Elternfrage: »Mein Kind will sich nicht mehr anziehen lassen. Was kann ich tun?«	27
Das Wickeln in den einzelnen Altersstufen	29
Bewegungslust beim Wickeln	29
Wie sich Respekt anfühlt	33
Singen	35
Das Wohlgefühl beim Essen und Trinken	38
Mit Fläschchen zum Wohlgefühl	43
Lustvoll essen lernen	43
»Erziehung« am Esstisch	49
Elternfrage: »Was tun mit einem Zappelphilipp am Tisch?«	52
Schlafen: Viele Wege zur Erholung	54
Sicherheit kommt durch Verlässlichkeit und Vertrauen	57
Einen stressfreien Weg wählen	60

Beste Begleitung: fördern, ohne zu überfordern	61
Bewegen und handeln – alles baut aufeinander auf	62
Entwicklung geschieht in Schritten	64
Reif zum Handeln	74
Begleiten und Führen	79
Nicht vorgreifen	81
Frustration begleiten	83
Führen im rechten Augenblick	88
Was ist hilfreich beim Helfen?	91
Selber, aber nicht allein	93
Sicherheit und Neugierde	96
Die sichere Umgebung	98
Ich will auch mitmachen!	102
»Pass auf!« Elterliche Angst und Fürsorge	103

Beste Quelle für Entfaltung: Halt und Freiraum	107
Bedürfnisse und Bindung	108
Bindung macht stark	110
Feinzeichen erkennen	112
Kein Baby weint ohne Grund	115
Aufmerksamkeit	118
Elternfrage: »Hab ich nicht genug gegeben oder etwas übersehen, wenn mein Kind so anhänglich ist?«	120
Echte Bedürfnisse	123
Elternfrage: »Sollte ich mit meinem Kind spielen, auch wenn ich das nicht mag?«	127
Kommunikation und das Setzen von Grenzen	128
Persönliche Grenzen zeigen und wahren	133
Mit Babys sprechen	136
Respektvolle Kommunikation	138
Gesellschaftliche Normen: danke, bitte, Entschuldigung	141
Verwöhnen: Das Schreckgespenst beim Erziehen	148
Elternfrage: »Wie ist das mit dem Verwöhnen?«	152
Aussteigen aus der Bedienfunktion	154
Anerkennen, was ist – statt loben	155
Elternfrage: »Warum soll denn Loben falsch sein? Es macht doch für alle ein gutes Gefühl!«	155
Große Gefühle meistern	156
Stimmige Worte finden	158
Elternfrage: »Wie gehe ich mit meiner Wut auf mein wütendes Kind um?«	160
Konfliktsalat	162
Geschwister: Süßes oder Saures?	168
Elternfrage: »Wie kann ich beiden Kindern gerecht werden?«	171
Wenn die Eltern sich streiten	172
Elternfrage: »Darf man vor den Kindern streiten?«	173

Beste Stärkung für Eltern: Selbstfürsorge	179
Gut für sich sorgen	180
Ein wohlwollendes Umfeld schaffen	182
Liebes-Paar bleiben	183
Eltern werden	184
Eltern sein	185
Zumikos: Zu mir kommen	189
Den Anfang machen	191
Bei Ärger und Wut	192
Zur Entspannung	194
Zum Wachwerden und zur Stärkung	195
Zum guten Schluss	197
Was wir Ihrer Familie für die Zukunft wünschen	198
Danke	199
FenKid-Material aus der Nähwerkstatt	200
Das FenKid-Konzept in der Weiterbildung	202
Register, Literatur und Links	204
Impressum	208