

# Inhalt

|  |        |
|--|--------|
| <b>Geleitwort</b>                            | 9      |
| <b>Einleitung</b>                            | 11     |
| <b>Vier Voraussetzungen und ein Problem</b>  | 17     |
| 1. Naturnahe Erziehung                       | 17     |
| 2. Selbstverantwortung                       | 18     |
| 3. Verständnis                               | 19     |
| 4. Vertrauen                                 | 20     |
| Überlieferte Muster                          | 21     |
| <br><b>Die Natur hat vorgesorgt</b>          | <br>25 |
| Erziehung beginnt bei der Geburt             | 27     |
| Die Entwicklung des Gehirns                  | 30     |
| Durch Liebe wachsen                          | 36     |
| Kann man ein Baby verwöhnen?                 | 38     |
| <br><b>Zuwendung und Zärtlichkeit</b>        | <br>41 |
| Grundbedürfnisse eines Säuglings             | 42     |
| Das Baby will uns mit seinem Duft betören    | 43     |
| Machen wir den Säugling zum Tragling         | 44     |
| Schaukeln und Wiegen fördern die Entwicklung | 47     |
| Säuglinge suchen Halt                        | 49     |
| Zufriedene Kinder – zufriedene Erwachsene    | 50     |

|  |            |
|--|------------|
| <b>Windelfrei, so geht's!</b>  | <b>53</b>  |
| <b>Natürliche Bedürfnisse</b>  | <b>54</b>  |
| Was passiert im Gehirn? – Die sensiblen Phasen – Wieso werden Kinder immer älter, bis sie trocken sind? – Signale – Wie auf die Signale reagieren? – Kommunikation und Intuition – Gänzlich auf Windeln verzichten? – Pannen – Aspekt Fremdbetreuung – Seelischer Aspekt – Sich gegen die Windeln wehren – Umwelt, Abfall und Kosten – Bedürfnisse kreieren, wo keine sind – Wann wird ein Kind trocken? |            |
| <b>Selbstständigkeit lernen</b>  | <b>91</b>  |
| <b>Gefahren gehören zum täglichen Leben</b>  | <b>91</b>  |
| <b>Mit Gefahren richtig umgehen</b>  | <b>96</b>  |
| Was passiert, wenn ein Krabbelkind nicht mit Gefahren konfrontiert wird? – Falsche Sicherheit – Befriedigte Neugier – Vertrauen – Angst und Vorbilder – Welche Gefahren muss ein Krabbelkind kennenlernen? – Anleitung   |            |
| <b>Essen</b>   | <b>118</b> |
| <b>Kriechen und Gehen</b>  | <b>122</b> |
| <b>Der kindliche Nachfolgewille</b>  | <b>127</b> |
| <b>Ein Aha-Erlebnis</b>  | <b>129</b> |
| <b>Ein vergnügliches, aber gefährliches Spiel</b>  | <b>131</b> |
| <b>Kinder richtig verstehen</b>  | <b>135</b> |
| <b>Was Babys verstehen</b>   | <b>140</b> |
| <b>Körpersprache</b>   | <b>143</b> |
| Daumen und Daumenlutschen – Schnuller – Arme – Beine   |            |
| <b>Warum Babys weinen</b>  | <b>151</b> |
| Der große Geist im kleinen Körper – Weinen als Bedürfnis   |            |
| <b>Schmerzen und Gefühle wahrnehmen und akzeptieren</b>  | <b>154</b> |

|   |     |
|---|-----|
| Aus der Sicht der Kinder  | 161 |
| <b>Babymassage</b>  | 162 |
| Die Haut, ein sensibles Organ – Massage als bewährtes<br>Hausmittel – Körperzüchtigung: ein untaugliches Mittel   |     |
| <b>Eifersucht</b>   | 169 |
| <b>Verstehen und vorbereiten</b>  | 170 |
| <b>Nicht immer für alles verantwortlich sein</b>  | 171 |
| <b>Aufmerksamkeit</b>   | 176 |
| <b>Kinder brauchen Grenzen</b>  | 183 |
| <b>Grenzen geben Halt und Sicherheit</b>  | 183 |
| Kein geeignetes Modell: die partnerschaftliche Erziehung –<br>Konflikte ohne Verlierer – Grenzenlos – Grenzen setzen,<br>aber wie? – Kann ein Säugling gehorchen? – Grenzen setzen<br>beim Säugling heißt ignorieren – Signale erkennen und deuten –<br>Strafe muss nicht sein – Belohnungen: kein gutes Mittel |     |
| <b>Drohungen</b>  | 207 |
| Alternativen zu Drohungen: Lernen aus den Folgen –<br>Führung markieren – klar sein   |     |
| <b>Wie man Grenzen setzt: das Einschlafproblem</b>  | 218 |
| <b>Trotz muss nicht unbedingt sein</b>  | 222 |
| <b>Konsequenz: das A und O</b>  | 224 |
| <b>Was Kinder noch brauchen</b>   | 227 |
| Die Bedeutung des Vaters  | 227 |
| Der Mama-Papa-Stein   | 231 |
| Vorbilder   | 235 |
| Das Recht auf Selbstbestimmung  | 236 |
| Das Recht auf Zeit  | 240 |

|                  |     |
|------------------|-----|
| <b>Nachwort</b>  | 243 |
| Zum Schluss      | 246 |
| Widmung und Dank | 249 |
| Literatur        | 250 |