

## INHALT

### VORWORT 7

# SPRACHE

Verneinungen meiden  
Klare Ansage  
Schöne Worte  
Motivationshelfer  
Sparsames Nein  
Verbale Reißleine  
Augenkontakt  
Aufrechtig sein  
Stimme & Mimik  
Erwartungen wecken?  
Echte Fragen  
Kinder hören alles  
Taten ankündigen  
Phänomene benennen  
Erklärungen bilden  
Vorsicht beim Lästern  
Etiketten vermeiden  
Eindeutigkeit bei Tod  
**Eltern Extra:** Miteinander reden

# KONSEQUENZ

Angekündigtes einhalten  
Drohungen lassen  
Hintertür Kompromiss  
Heute ist gestern  
Idee gegen Werfen  
Durchhalten lohnt  
Adieu, Quengelstimme  
Mit Tag X zum Ziel  
Sinnvolles Verweigern  
Denkzettel für Übles  
Zeitabsprachen treffen  
Countdown vorm Ende  
Eltern entscheiden  
**Eltern Extra:** Ein freier Nachmittag

# MITEINANDER

Frühstück im Bett  
Etwas Verrücktes tun  
Ja zu Kinderideen  
Aus der Rolle fallen  
Rollentausch  
Eigeninitiative stärken  
Kein falsches Schonen  
Abenteuer verbinden  
Familienrituale  
Anker setzen  
Berühren berührt  
Ganz präsent sein  
Versunken im Spiel  
Auf Besuch vorbereiten  
Abgeben ohne Zwang  
Unterbrechen abgewöhnen  
Über Gefühle sprechen  
Wut ist okay  
Gefühlssensor stärken  
Fehler zugeben  
Negativ-Geschichten ade  
Ängste ernst nehmen  
»Aua« ernst nehmen  
Schmerzen erklären  
Pflaster & Kühler  
Tapferkeit belohnen  
Süßes Pflaster  
Konflikte vereint lösen  
Liebevolles Zwingen  
Statt Schuld und Strafe  
Altersgerechte Aufgabe  
Zeitfenster für Aufträge  
Verdienter Lohn  
Gefälligkeitsprinzip  
Benehmen trainieren  
»Bitte« als Zauberwort  
An Benimm erinnern  
Schimpfwörter spezial  
Warten üben  
Hilfsmittel Glockenspiel

Positive Langeweile  
Intensiv-Zeit  
Gesellschaftsspiele  
Eltern-Ausgeh-Trick  
Mama- oder Papa-Tag  
**Eltern Extra:** Streit und Versöhnung

# BEIM ESSEN

Kontaktforum Mahlzeit  
Niemand verhungert  
Keine Extrawurst braten  
Probierhäppchen  
Alles aufessen?  
Ausspucken erlaubt  
Mengen-Training  
Spielerisches Essen  
Kreative Brot-Ideen  
Rohkost-Knabbereien  
Blindes Schmecken  
Zaubermittel  
Nachtisch als Anreiz  
Coup gegen Trödelei  
WunschesSEN  
Nichts zwischendurch  
Trinken ist wichtig  
Kinder als Köche  
Messer-Gabel-Training  
Restaurant simulieren  
Tischmanieren  
Tischabräumen  
**Eltern Extra:** Tapetenwechsel

# IM BAD

Wärme überm Wickeltisch  
Zähneputzen erleichtern  
Zahnbürsten-Spiel  
Spaß beim Nägel kürzen  
Hilfsmittel Nagellack  
Fantasie beim Kämmen  
Alternative lenkt ab  
Haarwaschen light  
Klassiker Händewaschen  
An Produkten sparen  
Tempo steigern  
Hilfsmittel Baden  
**Eltern Extra:** Wellness zu Hause

# IM KINDERZIMMER

Anklopfen  
Alles hat seinen Ort  
Aufräumen in Portionen  
Ordnung mit Hilfe  
Aufräum-Anreiz  
Aufräumen für Anfänger  
Kinderbesitz achten  
Ordnungsliebe beflügeln  
Bauwerke belassen  
Pause fürs Spielzeug  
Hilfsmittel Karton  
Dinge wertschätzen  
Möbel rücken  
Kinderzone beim Sofa  
Zimmer teilen  
Eigenes TV?  
Kinderzone in der Küche  
**Eltern Extra:** Freiraum durch Babysitter

# SCHLAFEN

Positives Zubettgehen  
Im Bett nur schlafen  
Erholsame Nachtruhe  
Jedem sein Bett  
Genügend Schlaf  
Durchschlafen fördern  
Orientierung bei Nacht  
Der magische Türspalt  
Sicherheit im Dunkeln  
Rufen begrenzen  
Zurück ins Bett!  
Einschlaf-Hilfen  
Hilfsmittel Bettfreund  
Hilfe bei Wehwehchen  
Mamas Bett als Clou  
Übernachtungskind  
Besonderes Lager  
Abendritual  
Abendgebet  
**Eltern Extra:** Ehe-Abend

# UNTERWEGS

Lockendes Ziel  
Interessantes am Weg  
Spielend laufen  
Hilfsmittel »Tankstelle«  
Hinfallen, na und?  
Begrenztes Tragen  
Hilfsmittel Buggy  
Spaßfaktor Picknick  
Anspron durch Freunde  
Hilfsmittel Spielzeug  
Spaßfaktor Schokobaum  
Bettelfalle Supermarkt  
Lernort Wursttheke  
Bei ReiseÜbelkeit  
Reise-Provant rettet

# UNIVERSALREZEPTE FÜR VIELE ZWECKE

Lauf-Pause bei Fahrten  
Spiel »Personenraten«  
Auto-Spiel  
Spiel »Radio«  
Paralleles Kofferpacken  
Mein Rollköfferchen  
Vertrautes allerorten  
Urlaub mit Gastkind  
Kind allein auf Tour I  
Kind allein auf Tour II  
Freies Alleinreisen  
Hilfsmittel »Tröstekissen«  
Urlaub mit Papa  
Kirmes- & Taschengeld  
**Eltern Extra:** Kinderloser (Kurz-)Trip

Der Name macht's 14  
Themenwechsel 16  
Losen 18  
Kann mein Kind das? 20  
Geheimnisse schaffen 23  
Bettelei verringern 35  
Etwas von Mama 40  
Heute schon gelacht? 50  
Gemütliche Lesezeit 57  
Zeit lassen 63  
Wettkampf 72  
Fotos anschauen 83  
Echtes Lob 88  
Teilhaben lassen 101  
Alternative bieten 109  
Spiegeln 117  
Spiel »Ich bin jetzt Emily« 121  
Eltern als Vorbild 132  
Beflügelndes Singen 134  
Wichtiges fix erfüllen 136  
Gegenteil-Spiel 139  
Was wäre beim zweiten Kind? 149  
Bewegung bewegt 154  
Spielzeug als Partner 156  
Yin-und-Yang-Spiel 167  
Wechsel-Lesen 173  
Oldie-Hit Kassette 175  
Baby-Anekdoten 183  
Ehrgeiz kitzeln 185

BÜCHER UND ADRESSEN 188  
REGISTER 190  
IMPRESSUM 192