

INHALT

VORWORT 7

SPRACHE

Verneinungen meiden
Klare Ansage
Schöne Worte
Motivationshelfer
Sparsames Nein
Verbale Reißleine
Augenkontakt
Aufrichtig 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
Ansporn durch Freunde
Hilfsmittel Spielzeug
Spaßfaktor Schokobaum
Bettelfalle Supermarkt
Lernort Wursttheke
Bei Reiseübelkeit
Reise-Proviant rettet

Lauf-Pause bei Fahrten
Spiel »Personenraten«
Auto-Spiel
Spiel »Radio«
Paralleles Kofferpacken
Mein Rollkofferchen
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

UNIVERSALREZEPTE FÜR VIELE ZWECKE

Der Name macht's 14
Themenwechsel 16
Lösen 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
Teilhabe 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