

Hauptsache gesund?

Am Tisch gibt es nicht nur zu essen. Über gesunde Stimmung	67
--	----

Machen Querstreifen dick?

Andererseits: Wer isst schon Querstreifen	76
---	----

Willst du dann einen Knusperwaffelwürfeljoghurt?

Von Alles-möglich-machen-Wollen zum freundlichen Nein	84
---	----

Sprüche und Ansprüche

Eine große Frage: Was erzieht wirklich?	95
--	----

»Wie war's in der Schule?«

... und wie wir wirklich miteinander ins Gespräch kommen	96
--	----

Wer hat mein Glas in die Tischmitte geschoben?

»Ich!« Über einen neuen Mut zur Macke	103
---	-----

Darf man Teller an die Wand schmeißen?

Es macht auf jeden Fall Eindruck. Über Zoff am Familientisch	113
--	-----

Können wir das sofort besprechen?

Lieber nicht. Über Alternativen zur Hauruck-Erziehung	129
---	-----

Tischlein deck dich?

Pflichten und andere Zu-Mut-ungen	134
---	-----

Erziehungsirrtümer

Elf Sätze, die nichts am Familientisch verloren haben ..	151
--	-----

Was sind perfekte Eltern?

Die Hölle. Wie wir mit unseren eigenen Fehlern umgehen dürfen	156
---	-----

Benehmen und annehmen	
Familie auf dem Präsentierteller	161
 Der Feiertagsschmaus	
Lust und Frust am Übertreiben	162
 Schlürfst du etwa?	
Und schmatzen, rülpfen, kleckern kann ich auch!	168
 Elf neue Benimmregeln	
- aber für Eltern	177
 Sind Großeltern große Eltern?	
Was sich mit Oma und Opa beim Essen verändert	182
 Muss man Kindern das Einkaufen zumuten?	
Ja, bitte. Es gehört zum Leben	191
 Wie können wir füreinander wertvoll sein?	
Liebe und liebevolles Handeln	196
 Anhang	207