

Inhalt

KAPITEL 1

Die Grundlagen der Liebevollen Führung 9

Bedürfnisorientierte Eltern im täglichen Trainingslager 11
Die 6 Elemente der FÜLi-Erziehung 14 Die Balance zwischen
Liebevoller Führung und Autonomie 20 Die Bedürfniswelt
von Kindern 25 Auf Belohnung und Bestrafung
verzichten 28 Die Gewaltfreie Kommunikation 31

KAPITEL 2

Deine klare innere Haltung beim liebevollen Führen 37

Warum die Erfahrungen deiner Kindheit dich immer
wieder einholen 43 Drei Schritte für deine innere
Klarheit 49 Beispiele für deine innere Klarheit 62

KAPITEL 3

Dein Schutzschild -

Wie du Grenzen für dich und dein Kind setzt 64

Schutzschild für sich selbst sein 65 Deine innere
Haltung 68 Einsatz des Schutzschilds 68 Schutzschild
für dein Kind sein 82 Deine innere Haltung 84 Einsatz des
Schutzschilds 85 Schutzschild in der Eltern-Partnerschaft 98

KAPITEL 4

Schützende Gewalt 107

Einsatz der Schützenden Gewalt 109 Wie begleite ich einen
Wutausbruch? 116 Deine innere Haltung 118

KAPITEL 5

Stellvertretende Kraft 130

Einsatz der Stellvertretenden Kraft 133 Deine innere Haltung 143

KAPITEL 6

Wie du Schützende Gewalt in Kombination mit Stellvertretender Kraft einsetzt 156

KAPITEL 7

Hierarchie auf Augenhöhe 163

Die »Erster-Bester-Schneller-Phase« 170 Einsatz der Hierarchie 173 Die goldenen Regeln der Hierarchie 175
Beispiele aus dem Alltag 177 Deine innere Haltung 181

KAPITEL 8

Liebevolle Führung mit Freiraum im Familienalltag 188

Mein Kind ist respektlos, rücksichtslos und unhöflich 190 Mein Kind möchte nicht in die Kita 199 Mein Kind ist faul und möchte nichts leisten 203 Mein Kind lügt 213 Mein Kind hält sich nicht an Regeln 222 Meine Kinder streiten sich 228 Mein Kind möchte die Zähne nicht putzen 233 Weitere Alltagskonflikte mit Kindern 237

KAPITEL 9

Übungen und Tests zur Liebevollen Führung 241

Innere Haltung 243 Schutzschild 249 Schützende Gewalt 252 Stellvertretende Kraft 254 Schützende Gewalt in Kombination mit Stellvertretender Kraft 256 Hierarchie 258 Freiraum 260

Anhang 262

Hinweise zum Onlinematerial 262 Danksagung 262
Literatur 264 Über die Autorinnen 265