

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 Schutzschildes 68 Schutzschild
für dein Kind sein 82 Deine innere Haltung 84 Einsatz des
Schutzschildes 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**