

STANLEY I. GREENSPAN

# DAS GEBORGENE KIND

Zuversicht geben in einer unsicheren Welt

Aus dem Amerikanischen  
von Regine Strotbek

**BELTZ**

# Inhalt

## EINFÜHRUNG

9

### 1. Kapitel

#### DIE VIER GRUNDPRINZIPIEN, WIE SIE DAZU BEITRAGEN KÖNNEN, DASS SICH IHRE KINDER IN UNSICHEREN ZEITEN SICHER UND GEBORGEN FÜHLEN

13

Die vier Prinzipien 15

Wie das Sicherheitsgefühl entsteht 19

Die weitreichendere Perspektive 24

### 2. Kapitel

#### WODURCH ZEICHNET SICH EIN SICHERES KIND AUS?

29

Die Beziehungen innerhalb der Familie 30

Widerstandsfähigkeit 36

Die Eigenschaften eines sicheren Kindes 40

Sicherheit und Empathie 67

### 3. Kapitel

#### SICHERHEIT IM SÄUGLINGSALTER UND IN DER FRÜHEN KINDHEIT

73

Die emotionalen Grundlagen der inneren Sicherheit 73

Häufig anzutreffende Hinweise auf Kummer und Unsicherheit  
bei Kleinkindern und Vorschulkindern 86

Wie Sie das Sicherheitsgefühl bei Kleinkindern  
und Vorschulkindern stärken können 95

## 4. Kapitel

## SICHERHEIT IN DEN GRUNDSCHULJAHREN

121

Neue Fähigkeiten, die zur Entfaltung innerer Sicherheit und  
des Selbstvertrauens beitragen 122

Hinweise auf Unsicherheit bei Grundschulkindern und  
Möglichkeiten, wie Eltern Abhilfe schaffen können 136

Die fünf Prinzipien, wie Sie das Sicherheitsgefühl bei einem  
Kind im Grundschulalter fördern können 155

## 5. Kapitel

## DER SELBSTSICHERE UND ZUVERSICHTLICHE

## ADOLESZENTE

183

Neue Stärken in der Adoleszenz 183

Hinweise auf Kummer bei Adoleszenten 199

Wie Sie Adoleszenten zu mehr Sicherheit verhelfen können 209

## 6. Kapitel

WIE SIE KINDERN UND ADOLESZENTEN  
HELFFEN KÖNNEN, SICH AUF DIE ZUKUNFT  
VORZUBEREITEN

223

## SACHREGISTER

227

## DANK

240