

Ingrid Kluge & Georg Pfeifer

WEIL ICH DAS SCHON SELBER KANN

Kinder brauchen Selbstbewußtsein



C
CHRISTOPHUS
mobile

37.018.12

Inhalt

Vorwort	4	3. Nicht aller Anfang muß schwer sein	
1. Was ist Selbstbewußtsein?	6	Erste Tage im Kindergarten	34
Eigene Fähigkeiten kennen und zeigen	6	Vor dem ersten Tag	34
Selbstbewußt und schüchtern: Lust oder Qual am Leben	7	In eine neue Welt	35
Das Verhalten des Kindes richtig einschätzen	8	Das Selbstvertrauen auf die Probe gestellt	36
Selbsterfahrung gehört dazu	10	Neue Bezugspersonen, neue Kinder	38
Lena und Lena im Spiegel: <i>eine Geschichte</i>	10	Vertrauen fördern, Trennungsängsten begegnen: <i>Spiele</i>	40
Spiele zur Selbsterfahrung	12	Andrea hat Bauchweh: <i>eine Geschichte</i>	42
Kinder erfahren ihren Körper	14	4. Die Zeit im Kindergarten	
Mein Körper wird zum Luftballon: <i>Autogenes Training</i>	16	Hier lernen	
2. Selbstbewußtsein lernen	18	Kinder Selbstbewußtsein	44
Wie die Umgebung Kinder beeinflußt	18	Kinder brauchen Kinder	44
Was Kinder verschüchtert	19	Die Rolle in der Gruppe	44
Angst verunsichert und fördert Schüchternheit	20	Streiten und sich vertragen	45
Schüchternheit überwinden – Spiele und Übungen	22	Manchmal glaube ich, keiner hat mich lieb	46
Wie Selbstvertrauen durch die Erziehung gestärkt wird	24	Fortgeschickt und ausgelacht: <i>eine Geschichte</i>	46
Grenzen erfahren – Räume öffnen	26	Spiele helfen, Konflikte zu bewältigen	48
Der dumme Paul: <i>eine Geschichte</i>	28	Der Mut-mach-Zauber: <i>eine Traumreise</i>	50
Vor der Traumreise	30		
Im Sand am Strand: <i>eine Traumreise</i>	31		
Hör doch mal, was ich zu sagen habe: <i>Spiele</i>	32		

5. In der Schule			
Selbstbewußtsein im Wandel	52		
So können Sie Ihr Kind vorbereiten	52		
Auf Entdeckungsreise: <i>ein Spiel</i>	53		
Im fliegenden Klassenzimmer: <i>eine Traumreise</i>	54		
Ein neuer Lebensabschnitt beginnt	56		
Schulfreundschaften	58		
Mit dir rede ich nicht mehr: <i>eine Geschichte</i>	58		
Stärken und Schwächen: <i>Spiele</i>	60		
6. Wenn ein Kind meistens alleine spielt			
Außenseiter oder Einzelgänger	62		
Ein Kind ist außen vor	62		
Die Ansprüche der Eltern und deren Folgen	64		
Niemand spielt mit meinem Kind ... weil es ein Einzelkind ist	66		
Niemand spielt mit meinem Kind ... weil es anders ist	68		
Niemand spielt mit meinem Kind ... weil es so aggressiv ist	70		
Verlieren will gelernt sein: <i>Spiele</i>	72		
Laßt mich doch mitmachen: <i>eine Meditation</i>	74		
Niemand spielt mit meinem Kind ... weil es nicht schön ist	75		
Ein etwas anderes Märchen	76		
Niemand spielt mit meinem Kind ... weil es neu in der Gegend ist	78		
7. Kinder lernen, „nein“ zu sagen		80	
Immer brav sein, kann gefährlich werden		80	
Angst ist wichtig		80	
Hasenfuß und Löwenherz: <i>eine Geschichte</i>		82	
Selbstbewußt „nein“ sagen: <i>Spiele</i>		84	
Das macht mir Angst: <i>Malen</i>		86	
8. Mädchen lernen, sich zu wehren		88	
Gefahren richtig einschätzen		88	
„Typisch Mädchen“ ist nicht angeboren		88	
Petzen statt kämpfen		90	
Rollenzuweisungen vermeiden		92	
Wie Mädchen lernen, sich durchzusetzen: <i>Spiele</i>		94	