

Barbara Hennings / Gisela Niemöller

Ermutigen statt kritisieren

Ein Elternratgeber nach Rudolf Dreikurs

Vorwort von Theo Schoenaker

HERDER iPn ^{*M} Filialzentrum Liechtenstein

FREIBURG • BASEL WIEN

51,04* . V

Inhalt

| | |
|---|----|
| Vorwort von Theo Schoenaker | 13 |
| Worum es geht, | 14 |
| Was ist Ermutigung? | 15 |
| Was ist das Beste für ein Kind? | 16 |
| Jedes Kind möchte sich zugehörig fühlen | 17 |
| Das Klima der Ermutigung | 19 |
| Nerven, kämpfen, verletzen und dumm stellen | 23 |
| Gleichwertigkeit | 26 |
| Die gute Zumutung | 27 |
| Was sein soll und was ist - die Sache mit den Regeln | 28 |
| Haben Sie Mut zur Unvollkommenheit | 30 |
| Wie dieses Buch entstand | 31 |
| Die Berichte aus dem Alltag | 33 |
| Der Ton macht die Musik | 33 |
| <i>Mit freundlicher Stimme sprechen.</i> | 34 |
| 1 Erste Urlaubsnacht gerettet | 34 |
| 2 Schwieriger Arztbesuch | 35 |
| 3 Ich möchte, dass du mich fragst! | 36 |
| 4 Erfolgreiche Suche | 37 |
| 5 Müll in der Schublade | 38 |
| 6 Teenagerlautstärke | 39 |
| Ein Blick sagt mehr als tausend Worte | 40 |
| <i>Mit freundlichen Augen schauen.</i> | 41 |
| 7 Konzentration fördern | 41 |
| 8 Doch liebenswert | 41 |

| | |
|---|-----|
| • 9 Lächeln verbindet | 42 |
| ' 10 Vertrauen gewinnen | 43 |
| Meckern und Nörgeln ist wie Unkraut düngen | 43 |
| <i>Auf Kritik verzichten</i> | 44' |
| 11 Tisch(un) sitten..... | 45 |
| 12 Hausaufgaben überm Spiel vergessen .- . . • ; . . . | 46 |
| • 13 Gemecker beim Essen | 46 |
| 14 Körperpflege will geübt sein | 47 |
| V 15 Null-Bock-Laune | 47 |
| 16 Geschwisterstreit | 49 |
| 17 Es geht auch ohne reden | 49 |
| Zuneigung beginnt im Kopf | 50 |
| <i>Denken in Zuneigung.</i> | 51 |
| 18 Mütter möchten sich unterhalten • ; ! | 52 |
| 19 Chaotisches Kind. | 52 |
| 20 Geburtstag mit 'Nervensäge' • ' : . . . • ' - | 53 |
| 21 Zuviel Fernsehen | 54 |
| 22 Peinlicher Tick | 55 |
| 23 Petzen per Telefon. | 57 |
| Lass mich mitentscheiden! . . . - • | 58 |
| <i>Eingeschränkte Wahlmöglichkeiten anbieten</i> | 59 |
| 24 Selber anziehen | 59 |
| 25 Im Auto eingeschlafen | 59 |
| 26 Freiheit für Frösche | 60 |
| 27 Zahnputz-Theater. | 61 |
| .. 28 Gemecker beim Essen • . . . ' | 62 |
| 29 Keine Spülmaschine im Ferienhaus. | 62 |
| • 30 'Baddienst' kein Problem | 63 |
| Weg mit der 'Rotstiftbrille'! | 64 |
| <i>Das Gute sehen.</i> | 65 |
| • ' 31 Der, große' Bruder- • ! • <: 1 | 65 |
| - 32 'Nur' eine Drei ! ! - . . . ; | 66 |

| | |
|--|-----|
| Überraschen Sie Ihr Kind | 90 |
| <i>Unerwartetes Tun!</i> | 90 |
| 57 Das sagt man nicht! | 90 |
| 58 Mama macht mit | 91 |
| 59 Vokabeln lernen | 92 |
| 60 Das Essen zieht um | 93 |
| 61 Aus Krach wird Tanz | 94 |
| | |
| Respekt fürs Kind und Selbstrespekt | 95 |
| <i>Freundlich und fest die Richtung vorgeben</i> | 97 |
| 62 Vokabeln in den Ferien | 97 |
| 63 Kluge Kinderstrategie | 98 |
| 64 Nie tust du was für mich! | 98 |
| 65 Spontanes Fensterputzen | 100 |
| 66 Netzwerkparty | 101 |
| | |
| Das war falsch - und was nun? | 102 |
| <i>Drei Schritte zur Wiedergutmachung tun</i> | 104 |
| 67 Weggeworfen | 104 |
| 68 Streit im Badezimmer | 105 |
| 69 Lassdas! | 105 |
| 70 Trödeln bei den Hausaufgaben | 106 |
| 71 Passiver Widerstand | 107 |
| | |
| Geduld wirkt Wunder / | 109 |
| <i>Geduld haben</i> | 110 |
| 72 Alles geht schief | 110 |
| 73 So werden wir nie fertig | 111 |
| 74 Ich gehe nicht zum Ballett! | 111 |
| 75 Enttäuscht und schlecht gelaunt | 113 |
| 76 Nachholbedarf | 113 |
| 77 Hektische Suche vor der Schule | 114 |
| | |
| Ein Kind ist mehr als sein Verhalten | 115 |
| <i>Das Kind und sein Verhalten trennen</i> | 116 |
| 78 Geschwisterstreit mit Schrammen | 116 |

| | |
|---|------|
| 79 Kinder zu Besuch | .117 |
| 80 Vorpubertät | .118 |
| 81 Hausaufgaben im letzten Moment | .119 |
| 82 Schule geschwänzt | .120 |
| 83 Sturmfrees Elternhaus | .121 |
| | |
| Versetzt dich in meine Lage! | .122 |
| <i>Vier Schritte zur Klärung der Beziehung.</i> | .124 |
| 84 Streit beim Übungsdiktat | .124 |
| 85 Aufräumen - aber selbstbestimmt | .125 |
| 86 Computerzeiten regeln | .127 |
| 87 Kleiderkauf mit Mama | .128 |
| 88 Sei bitte um neun zu Hause! | .129 |
| | |
| Kein Meister fällt vom Himmel | .131 |
| <i>Zeit nehmen zum Anlernen.</i> | .132 |
| 89 Frühstücksei | .132 |
| 90 Schulranzen packen | .133 |
| 91 Kochen ohne große Schwester | .133 |
| 92 Gartenarbeit mit Teenager | .134 |
| 93 Küchendienst komplett | .135 |
| | |
| Das geht ja schon viel besser! | .136 |
| <i>Versuche und Fortschritte anerkennen.</i> | .136 |
| 94 Bobby-Car Training | .137 |
| • 95 Freiwillig aufgeräumt | .138 |
| 96 Immer so früh aufstehen! | .138 |
| 97 Morgenmuffel : | .139 |
| 98 Überraschung für Mama | .140 |
| | |
| Worüber man nicht mehr reden muss | .141 |
| <i>Routineprogramm einführen.</i> | .142 |
| 99 Jedes Ding an seinen Ort | .142 |
| 100 Stressfrei ins Bett | .144 |
| 101 Pünktlich allein zur Schule | .144 |
| 102 Haarpflege | .145 |

| | | |
|---|---------------|-------------|
| 103 Ein Badezimmer für alle | • | 146 |
| Zumuten heißt zutrauen | ! | 147 |
| <i>Verantwortung abgeben.</i> | | 148 |
| • 104 „Alleine“ | • | 148' |
| 105 Nachtisch allein gemacht | | 148 |
| • 106 Das leidige Thema Hausaufgaben | | 149 |
| 107 Kein Weckdienst mehr | • | 150 |
| 108 Arbeit im Familienteam | | 151 |
| Erfahrung ist der beste Lehrmeister | | 152 |
| <i>Natürliche Folgen eintreten lassen.</i> | | 154 |
| 109 Das versalzene Ei | „ | • |
| 110 Zieh dir eine Jacke an! | • | 154 |
| 111 Haare kauen | •; | < |
| 112 Reingefallen | •;:'. | 156 |
| 113 Zu lange Schnürsenkel | | 157 |
| • 114 Die vergessenen Schuhe ••. | •. | ! |
| Handeln statt schimpfen | | 158 |
| <i>Logische Folgen eintreten lassen.</i> | | 162 |
| 115 Einer ärgert die anderen | | 162 |
| 116 Augen größer als der Magen | | 163 |
| 117 Wer mit Essen spielt, ist satt | | 163 |
| 118 Ohne Zähneputzen keine Süßigkeiten | | 164 |
| 119 Kinderstreit für Mamas Ohren | | 165 |
| 120 Kein Mineralwasser da | | 166 |
| Humor ist wenn man trotzdem lacht | | 167 |
| <i>Humor einsetzen.</i> | • | 168 |
| 121 Zähne putzen | | 168 |
| 122 Klarinette üben | | 168 |
| Vom Halt geben, Schmusen, Rangeln und Toben | | 169 |
| <i>Körperkontakt herstellen.</i> | | 170 |
| 123 Trösten statt reden | | 170 |

| | |
|---|------|
| 124 Gemeinsam lernen | .170 |
| 125 Den Kaktus streicheln | .171 |
| 126 Eifersucht | .172 |
| Lassen Sie sich anstecken! | .173 |
| <i>Begeisterung teilen.</i> | .173 |
| 127 Sohn als Lehrmeister. | .173 |
| 128 Mitmachen ist toll. | .175 |
| 129 Muttertag | .175 |
| 130 Teamarbeit am PC. | .176 |
| Wo jeder gehört wird - Familienrat | .177 |
| <i>Familienrat praktizieren.</i> | .181 |
| 131 Spielzeugtausch und Zündeln | .181 |
| 132 Familienrat, wie geht das? | .183 |
| 133 Überraschende Lösung | .184 |
| 134 Keine Einigung möglich. | .185 |
| 135 Heiligabend mit Heranwachsenden | .186 |
| 136 Stressfreie Festplanung | .187 |
| Wir danken. | .189 |
| Weiterführende Literatur. | .191 |