

Annelie Conrad-Ladwein
Dorothee Lappehsen-Lengler
Theresia Wagner

Liebevoll und kompetent

Die Erziehungsbasics für Eltern

HERDER

"L_ %\
v

Laades-Lehrer-Bibliothöi
<Jas Fürstentums Uochtensialn
Vaduz

FREIBURG • BASEL WIEN

11,04« 3»

Inhalt

Einführung	9
1. Kapitel	
Gut für sich selbst sorgen.	17
Arbeitsschutz für Eltern.	17
2. Kapitel	
Auf eine freundliche Atmosphäre achten.	21
Die anderen wahrnehmen.	21
Mit mehreren Bällen jonglieren.	23
3. Kapitel	
Was bedeutet entwicklungsfördernde Erziehung?.	24
„Kinder brauchen Wurzeln und Flügel“.	24
Das Leben ist_eine Baustelle - die fünf Säulen der Erziehung und ihre Bausteine.	27
4. Kapitel	
Bindung - Grundlage für gelingende Beziehungen.	37
Die Bindungstheorie - Entwicklung und Grundlagen	39
Bindungserfahrungen beeinflussen ein Leben lang - ein Ausblick	47
5. Kapitel	
Mit Kindern reden.	49
Wie man in den Wald hineinruft	51
Hoffnung machen statt entmutigen - Anteil nehmend auf die Gefühle des Kindes eingehen	52
„Ich will dir sagen, was mich stört" - beschreibende Kritik	54

Mehr als nur genau hinhören - Aktives Zuhören.	55
Gesprächsführungsstile und wie sie wirken.	60
Nicht nur der Ton macht die Musik.	67

6. Kapitel

Kinder brauchen Führung.	69
Vater und Mutter als gleichrangige Chefs.	69
Was Eltern aus der Betriebswirtschaft lernen können . . .	70
Führen erfordert Kontakt	73

7. Kapitel

Das soll mein Kind lernen -

Aufbau von erwünschtem Verhalten.	76
Eltern als Vorbild.	76
Lernen ganz nebenbei.	77
Ein „Nein“ verpackt nur ein „Ja“.	80
Der Weg zu festen Gewohnheiten - Einsicht ist nur ein Schritt.	83
Punktepläne und andere Belohnungssysteme für Kinder.	94

8. Kapitel

Vorbeugen von problematischem Verhalten.	99
Von hilfreichen Regeln.	99
Der Familienrat tagt.	103

9. Kapitel

Umgang mit problematischem Verhalten.	107
Das will ich ändern.	107
Rechtzeitiges Eingreifen verhindert größeren Schaden . .	108
Von natürlichen und logischen Konsequenzen.	112
Wann streiche ich eine Vergünstigung?.	117
Lautes Denken oder laute Selbstgespräche im Beisein des Kindes.	118
Die berühmte Auszeit.	120

10. Kapitel

Wirksame Problemlösungsstrategien.124
Wie löse ich Probleme in meinem Erziehungsalltag? . . .	124
Der Problemlösungskreis.126

11. Kapitel

Rückblick und Ausblick -

Und nun, wie kann's weiter gehen?139
---	------

Anhang.144
BASICS.158

Literatur.	160
--------------------	-----