

Doris Heueck-Mauß

Das Trotzkopfalter

Der Ratgeber für Eltern
von 2- bis 6-jährigen Kindern

- Der richtige Umgang
mit kindlichen Emotionen

Das Erziehungs-ABC
mit Tipps und Strategien

5., aktualisierte Auflage

Vorwort	8
Einleitung: Das Trotzkopfalder	11
Was bedeutet Trotz?	16
Die emotionelle Welt der Zwei- bis Vierjährigen	16
Anlässe für trotziges Verhalten	18
„Ich will aJeine!“	18
Das Kind hat noch kein Zeitgefühl.	21
In das Spiel vertieft	24
Veränderte Gewohnheiten oder Rituale.	26
Vorsicht vor zu vielen Neins. *	29
Alles hat seine Ordnung.	33
Müdigkeit oder-Überforderung als Trotzauslöser.	35
Gefühle und Reaktionen der Eltern	
in der Trotzphase	37
Die wichtigsten Tipps und Strategien im Überblick	38
Entwicklungspsychologische Erklärung der Trotzphase	SO
Kindliche Wutausbrüche	
und Aggressionen	54
Die Entwicklung kindlicher Aggressionen	54
(Psychologische Gründe.	58
Neugierde und Lebensfreude.	58
Die Reaktionen der Eltern.	59

Inhalt

Entdeckungs- und Forscherdrang	60
Eifersucht	62
Macht ausüben	63
Kontakt aufnehmen	65
„Ich will jetzt nicht!“	66
Entwicklungspsychologische Erklärung:	
Grund und Ziel von Aggressionen	68
Wissenschaftliche Erklärungsversuche	70
Aggression ist eine Folge von Frustration „.“ ;	70
Aggression als Lebenstrieb	73
Der Zusammenhang zwischen Erziehungsstil und kindlicher Aggression	75
Ursachen der kindlichen Aggressionen	77
Das Erziehungsverhalten der Eltern	77
Geschwisterstreit — Geschwisterneid	87
Das-kindliche Umfeld	97
Entwicklungspsychologische Erklärung:	
Das Wichtigste über kindliche Aggressionen	103
Erziehungshilfen für Eltern	106
Das eigene Erziehungsverhalten überprüfen	106
Beobachten des Elternverhaltens	107
Welche Erziehungseinstellung habe ich?	109
Ursachen elterlicher Frustrationen	115

Das Erziehungs-ABC: Was heißt eigentlich erziehen? . . .	123
Jedes Verhalten wird erlernt	125
Kindliches Verhalten beschreiben.	127
Kindliches Verhalten beobachten.	133
Ein Verhaltensprotokoll anlegen.	139
Der Zusammenhang zwischen Verhalten und Zuwendung.	142
Verhalten wird durch Zuwendung verstärkt.	143
Grenzen setzen, aber wie?	156
Klare Regeln aufstellen.	157
Zu viele Neins vermeiden.	158
Strafen haben Nebenwirkungen.	160
Überzeugen statt Verbieten.	163
Der Familiencheck	166
Schlussworte	168
Anhang	170
Adressen, die weiterhelfen	170
Bücher zum Weiterlesen.	171
Register.	172