

Nathalie Klüver

Willkommen Geschwisterchen

Entspannte Eltern und glückliche Kinder



TRIAS

- 6 **Leben mit Kindern?
Wunderschön!**
- 9 **Ja, wir wollen ein zweites
Kind!**
- 10 **Ein zweites Kind?
Auf jeden Fall!**
- 10 Viele Fragen
- 11 Warum gibt es so viele Einzelkinder?
- 12 Geschwister sind klasse – nicht immer, aber meistens
- 14 Mehr Arbeit – aber auch mehr Glück
- 16 **Alles eine Frage des Timings**
- 16 Eine Schwangerschaft zehrt an den Reserven
- 17 Und schnell wieder schwanger: sehr kurzer Abstand
- 23 Der Klassiker: zwei bis drei Jahre Abstand
- 32 Mehr als vier Jahre Abstand – fast wie Einzelkinder?
- 40 **Du bekommst ein
Geschwisterchen!**
- 40 Kleine Kinder vorbereiten
- 48 Größere Kinder vorbereiten
- 55 **Das Baby ist da!**
- 56 **Erst einmal eingrooven**
- 56 Lassen Sie es ruhig angehen
- 58 Rituale helfen
- 58 Genießen Sie das Wochenbett!
- 59 Kindergartenpause?
- 60 Wenn Besuch kommt
- 60 Routine erleichtert den Start
- 63 Sie werden sich vier Hände wünschen
- 64 Man wächst mit seinen Aufgaben
- 66 **Dem großen Kind gerecht
werden**
- 68 Die Welt muss sich neu ordnen
- 69 Auch das große Kind darf wieder klein sein
- 71 Kinder wollen Aufmerksamkeit
- 72 **Dem kleinen Kind gerecht
werden**
- 73 Oft bestimmt das große Kind den Tagesablauf
- 74 Das Baby ist immer dabei
- 75 Zeitinseln schaffen
- 76 Vom Großen lernen
- 76 Tandemstillen geht tatsächlich
- 80 **Eifersucht? Lieblingskind?
Alles normal!**
- 81 Eifersucht äußert sich auf viele Arten
- 83 Wen hast du lieber, Mama?

► Exkurse

- 46 Geschwisterdasein und Kindererziehung
- 78 Wo bleibt die Zeit für mich?
- 98 Sex – was war das noch mal?
- 136 Einkaufen mit zwei kleinen Kindern

- 89 Der Traum vom Dream-Team
- 90 **Zusammenleben und Geschwister-Rooming-in**
- 90 Welpenschutz für Babys
- 91 Teilen will gelernt sein
- 92 Gemeinsame Familienzeit macht stark
- 93 Kinderzimmer – gemeinsam oder getrennt?
- 100 **Geschwisterliebe – Geschwisterhiebe**
- 100 Geschwisterstreit – Training für das spätere Leben
- 108 Geschwisterrivalität vermeiden
- 109 Geschwister sind unterschiedlich
- 112 **Gemeinsam in dieselbe Kindergartengruppe?**
- 113 Getrennte Gruppen für die individuelle Entwicklung
- 114 Geschwister geben Sicherheit
- 115 Kinderfreundschaften sind wichtig
- 116 Abgrenzen von der Erwachsenenwelt
- 118 **Doppelt so leicht oder halb so schwer?**
- 119 Zwei Kinder bedeuten mehr Termine
- 121 Finanzielle Mehrbelastung
- 123 Der Haushalt muss nicht perfekt sein
- 124 Prioritäten setzen
- 125 Eltern müssen nicht perfekt sein
- 126 **Tipps für den Alltag mit zwei Kindern**
- 126 Helferlein im Alltag
- 127 Organisation ist alles
- 132 Babys müssen nicht jeden Tag baden
- 132 Entspannt durch die Beikost-Zeit
- 134 Sparen mit dem Wochenessensplan
- 134 Haushaltspflichten aufteilen
- 135 Schluss mit dem Perfektionismus
- 138 **Und weil's so schön war ...**
- 139 Die lieben Finanzen
- 142 **Service**
- 143 **Stichwortverzeichnis**