

Inhalt

Vorwort der Herausgeberinnen	6
Vorwort der Autoren	13
1 Wir lernen, uns und unsere Kinder besser zu verstehen	17
Welcher Erziehungsstil wird uns helfen, unser Ziel zu erreichen?	21
Was können wir von unserem Kind erwarten?	28
Weshalb zeigt unser Kind Fehlverhalten?	35
Wie können wir ein besseres Verhältnis zu unserem Kind entwickeln?	41
2 Unsere persönlichen Wertvorstellungen, Überzeugungen und Gefühle	53
Was können wir tun, wenn unser Kind Fehlverhalten zeigt?	54
Wodurch werden unsere Kinder entmutigt?	60
Woher kommen persönliche Wertvorstellungen und Überzeugungen?	64
Woher kommen Gefühle?	76
Wie können wir uns und unseren Kindern helfen?	81
3 Wir ermutigen unsere Kinder und uns selbst	95
Wie können wir unser Kind ermutigen?	97
Was ist der Unterschied zwischen Lob und Ermutigung?	106
Gibt es andere Möglichkeiten der Ermutigung?	114
Entwickeln Sie den Mut, nicht perfekt zu sein	130
4 Wir hören unseren Kindern zu und reden mit ihnen	133
Wie können wir gute Zuhörer sein?	135
Wie können wir mit unserem Kind sprechen, so dass es uns zuhört?	142
5 Wir helfen unseren Kindern, zu kooperieren	159
Wie können wir unseren Kindern helfen, zu kooperieren?	160
Wie können wir und unser Kind gemeinsam Probleme lösen?	168
Wie können »Familienkonferenzen« helfen, dass unser Kind kooperiert?	179
6 Sinnvolle Disziplin	197
Sind Disziplin ausüben und Strafen das Gleiche?	198
Wie üben wir Disziplin aus?	199
Wie können wir Konsequenzen einsetzen?	206
7 Was machen wir, wenn...?	225
Wie entscheiden wir, was wir tun sollen?	226
Wie verhalten wir uns beim Thema »Schule«?	233
Wie verhalten wir uns bei anderen Problemen?	237
Wie geht es weiter?	254
Literaturhinweise	257
Register	259