

UTE GLASER

DIE ELTERN TRICKKISTE

So bekommen Sie
**Zahnputzverweigerer,
Gemüseverächter**
und alle anderen
Widerständler spielend
in den Griff



GU

SPRACHE

- Verneinungen meiden 10
- Klare Ansage 10
- Schöne Worte 11
- Motivationshelfer 12
- Sparsames Nein 13
- Verbale Reißleine 14
- Augenkontakt 15
- Aufrichtig sein 15
- Stimme & Mimik 17
- Erwartungen wecken? 18
- Echte Fragen 19
- Kinder hören alles 21
- Taten ankündigen 22
- Phänomene benennen 23
- Erklärungen bilden 24
- Vorsicht beim Lästern 25
- Etiketten vermeiden 25
- Eindeutigkeit bei Tod 26
- Eltern Extra: Miteinander reden 27

KONSEQUENZ

- Angekündigtes einhalten 30
- Drohungen lassen 30
- Hintertür Kompromiss 32
- Heute ist gestern 32
- Idee gegen Werfen 33
- Durchhalten lohnt 34
- Adieu, Quengelstimme 36
- Mit Tag X zum Ziel 36
- Sinnvolles Verweigern 37
- Denkzettel für Übles 39
- Zeitabsprachen treffen 41
- Countdown vorm Ende 41
- Eltern entscheiden 42
- Eltern Extra: Ein freier Nachmittag 43



MITEINANDER

Frühstück im Bett 46
Etwas Verrücktes tun 46
Ja zu Kinderideen 47
Aus der Rolle fallen 48
Rollentausch 48
Eigeninitiative stärken 49
Kein falsches Schonen 51
Abenteuer verbinden 52
Familienrituale 53
Anker setzen 54
Berühren berührt 54
Ganz präsent sein 55
Versunken im Spiel 56
Auf Besuch vorbereiten 58
Abgeben ohne Zwang 59
Unterbrechen abgewöhnen 60
Über Gefühle sprechen 61
Wut ist okay 62
Gefühlssensor stärken 64
Fehler zugeben 65
Negativ-Geschichten ade 65
Ängste ernst nehmen 66
»Aua« ernst nehmen 68
Schmerzen erklären 69
Pflaster & Kühler 70
Tapferkeit belohnen 70
Süßes Pflaster 71
Konflikte vereint lösen 73
Liebevolles Zwingen 74
Statt Schuld und Strafe 74
Altersgerechte Aufgabe 76
Zeitfenster für Aufträge 77
Verdienter Lohn 78
Gefälligkeitsprinzip 79
Benehmen trainieren 80
»Bitte« als Zauberwort 81
An Benimm erinnern 82
Schimpfwörter spezial 84
Warten üben 84
Hilfsmittel Glockenspiel 85

Positive Langeweile 86
Intensiv-Zeit 87
Gesellschaftsspiele 89
Eltern-Ausgeh-Trick 90
Mama- oder Papa-Tag 90
Eltern Extra: Streit und Versöhnung 91

BEIM ESSEN

Kontaktforum Mahlzeit 94
Niemand verhungert 94
Keine Extrawurst braten 95
Probierhäppchen 96
Alles aufessen? 97
Ausspucken erlaubt 98
Mengen-Training 98
Spielerisches Essen 99
Kreative Brot-Ideen 100
Rohkost-Knabberien 100
Blindes Schmecken 101
Zaubermittel 102
Nachtisch als Anreiz 102
Coup gegen Trödelei 103
Wunschessen 104
Nichts zwischendurch 105
Trinken ist wichtig 106
Kinder als Köche 107
Messer-Gabel-Training 108
Restaurant simulieren 108
Tischmanieren 110
Tischabräumen 110
Eltern Extra: Tapetenwechsel 111

IM BAD

- Wärme überm Wickeltisch 114
- Zähneputzen erleichtern 114
- Zahnbürsten-Spiel 115
- Spaß beim Nägel kürzen 116
- Hilfsmittel Nagellack 116
- Fantasie beim Kämmen 118
- Alternative lenkt ab 118
- Haarwaschen light 119
- Klassiker Händewaschen 120
- An Produkten sparen 120
- Tempo steigern 122
- Hilfsmittel Baden 122
- Eltern Extra: Wellness zu Hause 123

IM KINDERZIMMER

- Anklopfen 126
- Alles hat seinen Ort 126
- Aufräumen in Portionen 127
- Ordnung mit Hilfe 128
- Aufräum-Anreiz 128
- Aufräumen für Anfänger 129
- Kinderbesitz achten 130
- Ordnungsliebe beflügeln 131
- Bauwerke belassen 131
- Pause fürs Spielzeug 133
- Hilfsmittel Karton 133
- Dinge wertschätzen 135
- Möbel rücken 137
- Kinderzone beim Sofa 137
- Zimmer teilen 138
- Eigenes TV? 140
- Kinderzone in der Küche 141
- Eltern Extra: Freiraum durch Babysitter 141

SCHLAFEN

- Positives Zubettgehen 144
- Im Bett nur schlafen 144
- Erholsame Nachtruhe 145
- Jedem sein Bett 146
- Genügend Schlaf 147
- Durchschlafen fördern 147
- Orientierung bei Nacht 148
- Der magische Türspalt 149
- Sicherheit im Dunkeln 150
- Rufen begrenzen 150
- Zurück ins Bett! 151
- Einschlaf-Hilfen 152
- Hilfsmittel Bettfreund 153
- Hilfe bei Wehwehchen 153
- Mamas Bett als Clou 155
- Übernachungskind 155
- Besonderes Lager 157
- Abendritual 157
- Abendgebet 158
- Eltern Extra: Ehe-Abend 159

UNTERWEGS

- Lockendes Ziel 162
- Interessantes am Weg 162
- Spielend laufen 163
- Hilfsmittel »Tankstelle« 165
- Hinfallen, na und? 165
- Begrenztes Tragen 166
- Hilfsmittel Buggy 168
- Spaßfaktor Picknick 168
- Ansporn durch Freunde 169
- Hilfsmittel Spielzeug 169
- Spaßfaktor Schokobaum 170
- Bettelfalle Supermarkt 171
- Lernort Wursttheke 172
- Bei Reiseübelkeit 173
- Reise-Proviant rettet 174

Lauf-Pause bei Fahrten 174
Spiel »Personenraten« 176
Auto-Spiel 176
Spiel »Radio« 177
Paralleles Kofferpacken 177
Mein Rollkofferchen 178
Vertrautes allerorten 179
Urlaub mit Gastkind 179
Kind allein auf Tour I 180
Kind allein auf Tour II 181
Freies Alleinreisen 182
Hilfsmittel »Tröstekissen« 183
Urlaub mit Papa 184
Kirmes- & Taschengeld 186
Eltern Extra: Kinderloser (Kurz-)Trip 187

UNIVERSALREZEPTE FÜR VIELE ZWECKE

Der Name macht's 14
Themenwechsel 16
Losen 18
Kann mein Kind das? 20
Geheimnisse schaffen 23
Bettelei verringern 35
Etwas von Mama 40
Heute schon gelacht? 50
Gemütliche Lesezeit 57
Zeit lassen 63
Wettkampf 72
Fotos anschauen 83
Echtes Lob 88
Teilhabe lassen 101
Alternative bieten 109
Spiegeln 117
Spiel »Ich bin jetzt Emily« 121
Eltern als Vorbild 132
Beflügelndes Singen 134
Wichtiges fix erfüllen 136
Gegenteil-Spiel 139
Was wäre beim zweiten Kind? 149
Bewegung bewegt 154
Spielzeug als Partner 156
Yin-und-Yang-Spiel 167
Wechsel-Lesen 173
Oldie-Hit Kassette 175
Baby-Anekdoten 183
Ehrgeiz kitzeln 185

BÜCHER UND ADRESSEN 188

REGISTER 190

IMPRESSUM 192





SPRACHE

Eltern sprechen viel, aber sagen nicht immer das, was sie meinen. Wenn Sie möchten, dass Ihr Kind etwas Bestimmtes tut oder lässt, ist es sinnvoll, dies ganz konkret zu benennen und in solche Worte zu kleiden, die Ihr Sprössling versteht. Nur so kommt die Information (oft ein Wunsch oder Auftrag) bei ihm tatsächlich an. Ein paar Feinheiten können diese Kommunikation zwischen Groß und Klein positiv beeinflussen.

VERNEINUNGEN MEIDEN

Abschied vom »nicht«

VIELE ELTERN FORMULIEREN NICHT DAS, was das Kind tun soll, sondern das, was es nicht tun soll. Statt »Schau die frische Farbe nur mit den Augen an« sagen sie »Fass ja die frische Farbe nicht an!«.

Das ist tückisch. Denn das Gehirn empfängt die Worte, kreiert ein Bild dazu und verarbeitet erst im nächsten Schritt, was es mit der Information machen soll – in diesem Fall »die Farbe nicht anfassen«. Ein Kind ist in diesem komplizierten Prozess ungeübt und überhört das »nicht«. Es hört gewis-

sermaßen nur: »Fass die frische Farbe an« – und tut dann vermutlich genau das. (Denken Sie mal nicht an einen Affen in Unterhose! Und? Was sehen Sie?) Die Folge: Das Kind bekommt Schimpfe für die bunten Hände (»Ich habe doch gesagt, fass die Farbe nicht an!«) und wird verunsichert.

Wer also möchte, dass der Sprössling etwas tut oder lässt, sollte den Wunsch positiv formulieren und Verneinungen meiden: »Nur gucken« statt »Nicht anfassen«, »Geh langsam« statt »Renne nicht« oder »Am Zaun ist Ende« statt »Du darfst nicht auf die Straße«. Am effektivsten sind klare Ansagen.

KLARE ANSAGE

Konkret benennen, was das Kind tun soll

KLARE WORTE SIND FÜRS KIND eine Hilfe, damit es weiß, was es tun oder lassen soll. »Stell deine Füße ruhig auf den Bo-

den« ist für den Sprössling eine verständlichere Handlungsanweisung als das globale »Sitz still« – denn vielleicht meint der kleine Zappelphilipp, das täte er längst. Auch ein »Reiche dem Lars die Hand und entschuldige dich« ist

hilfreicher als ein »Vertrag euch wieder« – denn das Kind hat womöglich keine Ahnung, wie es das anstellen soll. Warum es wichtig ist, Klartext zu reden, statt Botschaften zu verlausulieren? Weil sonst dem Kind manchmal sogar etwas Falsches eingeredet wird. Besonders deutlich wird das an dem bei Eltern gängigen Satz: »Pass auf, du fällst!« Genau genommen ist er kompletter Unsinn, denn er wird nie zu einem fallenden Kind gesagt, sondern immer zu einem, das stolz wie Oskar in rasantem Tempo daherflitzt. Was Mama oder Papa eigentlich sagen will: »Du läufst so schnell, dass ich Angst habe, du könntest fallen, deshalb pass auf, dass das nicht passiert.« Das wird verkürzt zu »Pass auf, du fällst!«.

Und was löst der Satz beim Kind aus? Entweder fällt es nun tatsächlich hin, weil es als braves Kind dem (vermeintlichen) Befehl »Du fällst!« genauso ge-

horcht wie »Du lässt das liegen!«. Oder es läuft weiter und merkt: »Ich bin gar nicht hingefallen, meine Eltern hatten Unrecht.« Das kann bei Wiederholungen fatale Folgen haben: Wie mag das Kind reagieren, wenn seine Eltern später sagen »Drogen machen abhängig«?

Was hätte die ängstliche Mama ihrem kleinen Flitzer also zurufen können? Das, was er konkret tun soll: »Lauf langsamer!« oder »Schau, wo du hinläufst!« oder »Stopp! Bleib sofort stehen!«.

Beim Essen forderte ich von meiner Tochter: »Mach bitte erst den Mund leer, bevor du sprichst!« Sofort spuckte sie das Angekaute aus und plapperte weiter. Ich musste über diese wortgetreue Wunscherfüllung lachen. Künftig hieß es: »Erst kauen und runterschlucken, dann sprechen.«

SCHÖNE WORTE

Alles, was gesagt wird, wirkt auf die Seele

SCHON DIE LATEINER SAGTEN »Nomen est omen«, und der Volksmund warnt »Beschrei es nicht!«. Dahinter steckt die

Erfahrung: Jedes Wort wirkt. Stärken Sie also Ihr Kind mit schönen Äußerungen, statt es mit negativen zu schwächen. Wohlgermerkt: Schöne Worte sind keineswegs Schmeicheleien! Wenn jemand zu Ihnen sagt »Sie sehen heute

aber gut aus«, strahlen Sie wahrscheinlich automatisch, wogegen ein »Sie wirken irgendwie krank« aufs angeknackste Befinden noch ein Negativschüppchen draufhäuft. Auch manche scherzhaft gemeinte Formulierung wie »Na, kannst du das auch nicht? – War nur ein Witz!« empfindet das Gegenüber gar nicht lustig. Denn jede Botschaft kommt an – im Gehirn und in der Seele. Dort wirkt sie unmittelbar und lässt sich im Nachhinein schlecht relativieren.

Klinische Studien haben anhand von Kernspintests gezeigt, dass bei einer Beleidigung dieselben Areale im Gehirn reagieren wie bei einem tätlichen Angriff. Das heißt, das Gehirn unterscheidet nicht zwischen seelischer und körperli-

cher Verletzung. Folglich empfindet das Opfer auch dasselbe. Nicht umsonst wird eine fiese verbale Attacke als Schlag unter die Gürtellinie bezeichnet. Wer als Kind mit Wort-Hieben wie »Du kannst ja nichts«, »Du bist strohdumm« oder »Du Quälgeist« traktiert wird, leidet darunter oft lebenslang. Selbst ein einziger Satz kann verheerende Folgen haben, wenn er das Kind bloßstellt oder beschämt. Dabei sind motivierende Formulierungen so einfach: »Hat nicht geklappt, probier's noch mal« oder »Los, zweiter Versuch, ich weiß, du schaffst es«. Streicheln Sie doch mal die Seele Ihres Kindes mit schönen Worten wie »Du hast eine gute Stimme«, »Du Schlaufuchs!« oder »Toll, wie du das gemacht hast!« – und stärken Sie es so.

MOTIVATIONSHELFER

Kleine Sätze, große Wirkung

WER WEISS, DASS WORTE wie Waffen wirken können (siehe oben), setzt sie am besten gezielt als Motivationshelfer ein, wenn das Kind zu etwas angespornt werden soll: »Wer so schnelle Beine hat, kann zum Nachbarn flitzen und die Zeitung holen!«, könnte es heißen. Oder:

»Oma hat erzählt, du kannst ganz allein das Besteck einsortieren, jetzt bin ich aber gespannt!«

»Mach etwas mehr mit, und du bekommst eine Zwei«, sagte mein Geschichtslehrer.

Der Lohn reizte mich, »etwas« klang machbar. Mit dem Tun kam der Spaß.

Später studierte ich Geschichte!

SPARSAMES NEIN

Weniger ist mehr, wenn's nutzen soll

MANCHES KLEINKIND, das die Welt entdecken will und von überbesorgten Eltern in enge Schranken gewiesen wird, hört andauernd ein »Nein«. Dabei sollten Erwachsene genau überlegen, welchen Versuch und welche Handlung des Kindes sie mit diesem Wort abwürgen. Denn sie verhindern damit, dass das Kind Erfahrungen macht, und bremsen seine Entdeckerfreude. Wie oft deckeln Eltern ihr Kleinkind mit »Nein!«, wenn es auf einen Baumstumpf zu klettern versucht, sich bei wackeligen Gehversuchen an der Stehlampe abstützt oder die Hand nach dem Blatt einer Topfpflanze ausstreckt. Was ist schlimm daran, ein Blättchen zu befühlen oder gar abzurupfen?

Natürlich möchte niemand, dass die Pflanze alle Blätter auf diese Weise verliert. Aber wer Kinder beobachtet, merkt schnell, dass ihnen oft ein Teil – in diesem Fall ein Blatt – genügt. Dann wissen sie, wie es sich anfühlt, sie haben es buchstäblich be-griffen. Anschließend gehen sie zum nächsten Erkundungsobjekt über. Vielleicht zur Blumenerde.

Natürlich können Sie nicht alles tolerieren. Aber es gibt meist Besseres als ein plattes »Nein!«. Um beim Blumenbeispiel zu bleiben: Sie könnten gleich zu Anfang erklären: »Nur fühlen!« Oder wenn Sie merken, das Blatt soll abgerissen werden, könnten Sie sagen: »Nur ein Blatt!« Besser wäre es sogar noch, sich erst beim zweiten Ausstrecken der Hand einzumischen: »Hände weg! Du hast ein Blatt, das ist genug. Die Pflanze will ja weiterleben.« Geht der nächste Griff zur Blumenerde, könnte es – statt »Nein« – im Warnton heißen: »Nur gucken!« (Falls Ihr Kind nicht lockerlässt: Lenken Sie sein Interesse auf eine interessante Alternative – siehe Universalrezepte 2 und 15, Seite 16 und 109.)

Wenn der Griff zum Blumenblatt genauso »Nein« ist wie der zur heißen Herdplatte, merkt ein pffiffiges Kind schnell, dass das Blatt harmlos ist – und denkt das von der Herdplatte vielleicht auch. Noch fataler ist es, wenn Eltern häufig mit Nein etwas verbieten, es aber nicht durchsetzen. Dann nimmt das Kind von diesem Wort kaum noch Notiz. Und so verpufft ein wichtiges Nein – etwa beim Griff zur brennenden Kerze – womöglich »ungehört«.

FRÜHSTÜCK IM BETT

Gemütlicher Start in den Tag

WARUM DEM TAG NICHT SCHON am Morgen ein Glanzlicht aufsetzen? Ein gemütlicher Start in den Tag gelingt mit einem gemeinsamen Frühstück im Bett. Da so etwas an Wochentagen meist undurchführbar ist, signalisiert es gleich: Heute ist ein besonderer Tag – mit Zeit zum Faulenzen und Zusammensein. Was dabei gegessen wird, ist völlig egal.

Das kann die ganze Palette von Marmelade bis Ei sein, sofern ein Familienmitglied Lust verspürt, das alles zusammenzustellen und ins Schlafzimmer zu schleppen. Sie können aber auch lediglich Kekse, Obst und Getränke anbieten, Letztere beim Kleinkind am besten in einer Trinkflasche. Hauptsache, Sie als Familie sind beisammen, kuscheln und sind fröhlich miteinander, sodass automatisch das Gefühl entsteht: »Uns geht's gut, weil wir uns haben.«

ETWAS VERRÜCKTES TUN

Vom Zauber der Überraschung

NICHTS BELEBT ALLTAG und Beziehungen so wie Überraschungen. Sie sind meistens auch der Quell wunderbarer Glücksmomente. Die Überraschung kann sein, einmal etwas Verrücktes zu tun: »Wir bleiben einfach bis 22 Uhr auf, weil wir so einen Spaß an diesem

Spiel haben.« Oder sie kann darin bestehen, als Eltern augenzwinkernd und mit Ansage gegen eine Regel zu verstoßen: »Jetzt machen wir bei der Oma mal Klingelmännchen!« Oder dem Kind wird etwas Ungewöhnliches erlaubt: »Heute hast du so toll im Garten mitgearbeitet, da bekommst du mal vier Kugeln Eis.« (Wenn es sonst ein oder zwei Bällchen gibt.) Wenn Sie dieses wunderbare Mit-

tel im Miteinander mit Kindern anwenden, müssen Sie damit rechnen, dass Sie nachgeahmt werden oder eine Wiederholung gewünscht wird. Machen Sie daher von Anfang an klar, dass jetzt etwas Verrücktes ganz außer der Reihe

geschieht. Je klarer die Ausnahmesituation, desto geringer der Nachahmfaktor. Danach ist wieder Alltag – und es ist sinnvoll, umso konsequenter auf die Einhaltung der häuslichen Familienregeln zu achten.

JA ZU KINDERIDEEN

Warum eigentlich nicht?!

MANCHMAL MACHEN KINDER Vorschläge, auf die Erwachsene im Traum nicht gekommen wären: »Papa, wir können den Schlauch in den Sandkasten legen, dann habe ich da eine Quelle!« Kinder gehen Dinge auch anders an: »Mama, du kannst beim Computer doch besser diese Taste drücken!« Leider schallt dem kleinen Ideenquell dann allzu oft ein »Das geht nicht« oder »Das kann so nicht klappen« entgegen. Manchmal zu Recht. Aber manchmal ist es ganz toll und bringt verblüffend gute Ergebnisse, wenn die Großen über ihren Schatten springen und sich auf die Ideen der Kleinen einlassen. Sei es, dass sie sie einfach loslegen lassen, anstatt ihnen ihre Idee auszureden, oder dass sie ihre Vorschläge ausprobieren, anstatt sie von vornherein abzulehnen. Als meine

Grundschultochter verkündete, mit unserem Telefon ließen sich auch SMS verschicken, hielt ich das für unmöglich. Aber es stimmte! Kinderideen Raum zu geben bringt nicht nur dem Kind Aha-Erlebnisse, sondern auch skeptischen Elternhirnen!

Dass Kinderideen den Blickwinkel verändern können, lernte ich durch Katrin, als ich sie zum Bettwäsche-Kauf mitnahm und wie gewohnt zu einer unifarbenen Garnitur griff. Sie würde ja »die« kaufen, verkündete mir die Vierjährige. »Die« zeigte leuchtende Farben auf schwarzem Grund. Ich wäre nie drauf gekommen, doch Katrin meinte, das sähe so schön fröhlich aus. Da hatte sie recht. Warum also nicht? Ich folgte Katrins Idee – und freute mich viele Jahre an dieser Wahl.

KREATIVE BROT-IDEEN

Ballbrote, Gesichter & Co.

IST DER GRÖSSTE HUNGER VERFLOGEN, verlieren Kleinkinder schnell das Interesse am Essen. Speziell am Abend finden sie es auch oft langweilig, dass es »schon wieder Brot« gibt. Schneiden Sie es einfach mal in Dreiecke oder trennen Sie Kreise als »Ballbrote« aus der Scheibe. Witzig ist auch, die gesamte Schnitte wie ein Puzzle zu zerteilen, am einfachsten mit Streichwurst oder -käse durchführbar. Eine Scheibe Brot kann sich auch in ein Gesicht verwandeln. Dafür wird sie am besten mit Fleischwurst be-

legt, die die runde Gesichtsform vorgibt. Nun lässt sich mit Paprikastückchen oder Petersilie ein Gesicht gestalten. Wer mag, kann das Brot anschließend im Gespräch verzehren: »Oh, Herr Fleischwurst, das tut mir aber leid, dass ich Ihr Ohr abbeißen muss!«

Ein Clou sind »Häppchen«. Das mundgerechte Allerlei ist überaus beliebt und fix zubereitet, durchaus auch gemeinsam: Butterbrote, in Dreiecke geschnitten, verschieden belegt und auf einem Brett nett angeordnet, dazwischen Käsewürfel, Apfelspalten, Karotten- und Gurkenstücke. Sie werden sich wundern, was alles verputzt wird!

ROHKOST-KNABBEREIEN

»Ich habe einen Pilz gebissen«

ROHKOST IST NICHT FÜR JEDES KIND per se attraktiv. Das Interesse daran lässt sich steigern, wenn Sie das Gemüse in dicke

Scheiben/Stücke schneiden, die sich anschließend »in Form« knabbern lassen. Nach dem ersten Biss mag die Gurkenscheibe wie ein Mond aussehen, nach dem zweiten wie ein Pilz, nach dem dritten ... Das gefällt auch älteren Kindern!

BLINDES SCHMECKEN

»Augen zu!«, dann das Essen beschreiben

SPASS MACHT ES, einen Bissen mit geschlossenen Augen zu kauen und zu beschreiben. Bei Reis könnte Mama sagen: »Hmmm, mein Bissen fühlt sich an wie kleine Körner.« Das Kind kontert viel-

leicht: »Meins schmeckt nach nichts.« Oder Papa kaut Rucola mit den Worten: »Der Salat schmeckt wie Nüsse.« Dieses Spiel wird am besten nicht angekündigt und es wird nicht gefragt, ob der Sprössling es spielen möchte. Es wird einfach von Ihnen begonnen – der Rest kommt von selbst.

UNIVERSALREZEPT 14

TEILHABEN LASSEN

Das schafft Vertrauen und bildet

Es zahlt sich aus, den Nachwuchs bei alltäglichen Arbeiten, Besuchen oder auch Mußezeiten einzubeziehen. Ob die Tochter beim Holzhacken die Scheite stapelt oder der Sohn das Kartoffelpüree stampft: Das Teilhabenlassen hat viele positive Effekte. Zum einen erledigen Sie das, was Sie tun wollen oder müssen. Zum anderen ist Ihr Kind beschäftigt, sogar – was in jungen Jahren oft sinnig ist – unter Aufsicht. Außerdem lernt es durch Beobachten und Mitmachen und **erweitert** so seinen **Erfahrungsschatz**. Vor allem aber fühlt Ihr Kind sich ernst genommen, weil es von Ihnen als kleiner Partner in Ihr Tun einbezogen wird. Das steigert das kindliche Selbstvertrauen und webt ein Band des Vertrauens zu Mama und Papa.

Außerdem ist es oft erstaunlich, welche Hilfe ein mitarbeitendes Kind ist, wenn es erste Anlaufschwierigkeiten überwunden hat. Ob es das Schnibbeln der Rohkost fürs Geburtstagsfest oder das Fegen des Hauseingangs ist: Die Kleinen können ganz groß entlasten.

DIE 200 BESTEN TRICKS VON ELTERN FÜR ELTERN

Wie wäre es, wenn Sie bei Ihrem wild entschlossenen Zahnputzverweigerer mal die **verrückte Zahnbürste** ausprobieren? Oder gemeinsam mit Ihrer notorischen Gemüseverächterin Paprikastücke **knabbernd in Haifische verwandeln**?

Praxiserprobt: »Die Eltern-Trickkiste« verrät Ihnen 200 Tipps und Tricks von erfahrenen Müttern und Vätern, die Ihnen helfen, typische Alltagssituationen im Leben mit Kindern von 1–10 gelassener und fröhlicher zu meistern.

Übersichtlich: Im Bad, Beim Essen, Schlafen, Unterwegs ... die Kapitel sind nach den typischen »Problemzonen« eingeteilt – so finden Sie immer schnell die Idee, die Ihnen gerade weiterhilft.

Inspirierend: Oder stöbern Sie einfach mal in der Trickkiste – lassen Sie sich anregen und probieren Sie das eine oder andere bei der nächsten Gelegenheit aus.

Eltern-Extra: Zusätzlich finden Sie in jedem Kapitel praktische Ideen, die Sie und Ihre Paarbeziehung stärken.

WG 484 Familie
ISBN 978-3-8338-2039-7



9 783833 820397

€ 17,99 [D]

€ 18,50 [A]

GU

www.gu.de