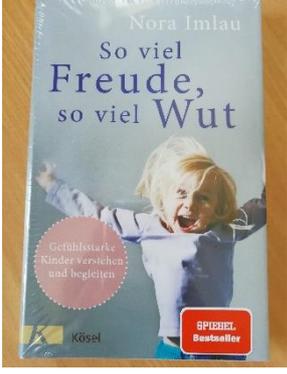
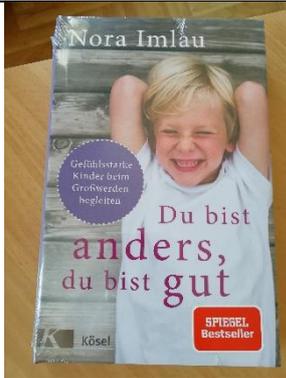


	<p>Auf dem Weg zu einer neuen Wertgrundlage für die ganze Familie:</p> <p>„Kinder haben von Anfang an eine eigene Persönlichkeit und sind damit menschlich und sozial kompetente Partner ihrer Eltern. Wir Erwachsenen dürfen lernen, auch störendes Verhalten in Botschaften zu übersetzen. Denn Erziehung ist ein Entwicklungsprozess – für die Eltern ebenso wie für die Kinder“</p>
	<p>Will das kleine Kind NIE ins Bett? Und Treppenlaufen kommt nicht in Frage? Statt selbst Tobsuchtsanfälle zu kriegen, lesen Eltern lieber dieses Buch. Zu wissen, was in Herz und Gehirn von Kindern und ihren Eltern vorgeht, hilft beiden Seiten, aus der Wut auszusteigen und Lösungen zu finden. Mit persönlichen Erfahrungsberichten und konkreten Ratschlägen für schwierige Situationen.</p>
	<p>Will das Kind JETZT schon ausziehen – mit 6? Zu Hause hat es eine große Klappe, aber in der Schule ist es schüchtern und still? Das Buch gibt Tipps für ein gelassenes Hinführen zur Eigenverantwortung der Kinder. Persönliche Berichte und überraschende Einblicke in das kindliche Denken und Fühlen sorgen für ein entspanntes Familienleben.</p>
	<p>Geschwister lieben sich, sie hauen sich, sie streiten um Aufmerksamkeit und Spielsachen – und treiben ihren Eltern Schweißperlen auf die Stirn. Die Autorinnen beschreiben wie Eltern jedem Geschwisterkind gerecht werden, ohne sich im Alltagschaos selbst zu verlieren und sie beleuchten, wie Toleranz und Vertrautheit statt Neid und Missgunst zwischen Geschwistern angebahnt und erhalten werden können.</p>
	<p>Mit jedem Geschwisterchen steigt der Trubelfaktor in einer Familie exponentiell. Warum? Aus Sicht der Evolution sind Geschwister Rivalen, die um Nahrung und Sicherheit konkurrieren. »Ich will zuerst Apfelsaft! Nein, das ist mein Platz! Ich will vorne sitzen!« Wenn Eltern dieses Buch gelesen haben, wissen sie, worum die Kinder wirklich streiten. Und auch, wie sie am besten reagieren, um sie beim Zusammenwachsen zu unterstützen. Nicola Schmidt zeigt genial einfache Wege, schlimmste Rivalen zu starken Teams werden zu lassen.</p>

	<p>»Kinder müssen lernen zu hören« ... wirklich? Viele Erwachsene glauben, um Kinder auf das Leben vorbereiten, müsse man erzieherischen Druck ausüben – Strafen inklusive. Dabei fehlt Wissen über die kindliche Entwicklung und darüber, wie schädlich Strafmaßnahmen sind. Dieses Buch zeigt ganz konkret, wie Zusammenleben und -lernen mit Kindern ohne Bestrafungen gelingt. Es beschreibt tragfähige Alternativen für Familie, Kita und Schule – für eine Begleitung auf Augenhöhe.</p>
	<p>Die bekannte Pädagogin Katharina Saalfrank beschreibt in diesem Buch, warum ein auf Bindung und Wertschätzung basierender Umgang mit Kindern Strafen überflüssig macht. Anhand zahlreicher Erfahrungsberichte aus dem Alltag mit Kindern zwischen Autonomiephase und Pubertät zeigt sie neue Handlungsalternativen auf. Sie geht auf die Gefühlswelt der Kinder und Eltern ein und erläutert, wie wertschätzende Beziehung und Kommunikation einen anderen Umgang mit Stresssituationen möglich machen.</p>
	<p>Kinder müssen nicht erzogen werden! Nur zwei Buchstaben scheinen es zu sein, um von der Er-ziehung zur Be-ziehung zu kommen. Tatsächlich aber müssen wir unsere Haltung und unsere Sicht auf Kinder ganz grundlegend verändern, wenn wir eine lebendige, aufrichtige und liebevolle Beziehung zu unseren Kindern gestalten wollen.</p> <p>Katharina Saalfrank wendet sich ab von einem solchen problematisierenden Umgang mit Kindern hin zu einer wertschätzenden Beziehung innerhalb der Familie.</p>
	<p>Gefühlsstarke Kinder – so nennt Nora Imlau Jungen und Mädchen, die von Geburt an anders sind als andere Kinder: wilder, bedürfnisstärker, fordernder. Aber gleichzeitig auch feinfühlicher, sensibler, verletzlicher. Jedes siebte Kind kommt mit dieser besonderen Spielart der Persönlichkeitsentwicklung zur Welt. So viele!</p> <p>Gewohnt fachkundig und einfühlsam leuchtet Nora Imlau aus, warum gefühlsstarke Kinder sich so von Gleichaltrigen unterscheiden und was sie von ihren Eltern brauchen, um einen gesunden Umgang mit ihren intensiven Emotionen zu erlernen. Plus: Ganz praktische Hilfestellungen für typische Stress- und Konfliktsituationen mit gefühlsstarken Kindern – vom Anziehen über den Kindergarten- und Schulbesuch bis zum Zähneputzen.</p>



Manche Kinder haben stärkere Emotionen als andere. Mehr Freude, mehr Wut, mehr Trauer ... Im Nachfolger ihres Bestsellers erforscht Nora Imlau die neuen Herausforderungen, wenn gefühlsstarke Kinder sich außerhalb der Familie in der Gesellschaft, der Schule und in den Medien bewegen.

Es geht für die Kinder dabei mehr denn je darum die Selbstregulationsfähigkeit zu stärken und mit dem Druck von außen zurechtzukommen, auch wenn im Inneren die Gefühlsstürme toben.

Nora Imlau gibt dazu viele Beispiele und hilfreiche Lösungsansätze für Alltagskonflikte und besondere Krisen. Sie bestärkt besonders die Eltern darin, auf ihre Kraftreserven zu achten und Selbstzweifel zu überwinden.



Schimpfen ist weder für Kinder noch für Eltern angenehm, und doch ist es häufig ein fester Bestandteil der Erziehung. Wenn das Kind etwas angestellt hat, wenn es bockt oder nicht hören will, dann wird geschimpft. Eltern ertappen sich dabei, dass sie sich nicht anders zu helfen wissen. Es gibt Studien darüber, dass Kinder alle 3 bis 9 Minuten zurechtgewiesen, geschimpft und bestraft werden – im Supermarkt sogar noch öfter. Aber kann Schimpfen einem Kind auch schaden? Und geht es überhaupt ohne?

Eine 21-Tage-Challenge gibt Eltern einfache Schritte an die Hand, mit denen sie aus der Schimpffalle heraus- und wieder in guten Kontakt mit den Kindern kommen.



Schon wieder ausgerastet, weil dein Kind rumtrödelt? Ein blödes Gefühl im Bauch, weil du eigentlich anders reagieren möchtest? Hier hilft die Schimpf-Diät. In 7 Schritten bieten Linda Syllaba und Daniela Gaigg einen erprobten Weg, wie du auch in Stresssituationen wertschätzend und auf Augenhöhe mit deinem Kind umgehen kannst. Nachhaltig, ganz ohne Jo-Jo-Effekt.

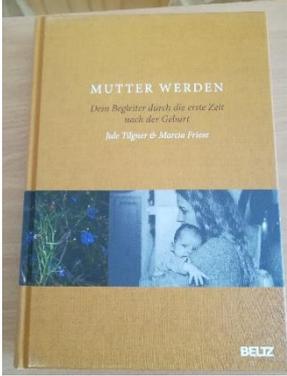
Hintergrundwissen aus Psychologie und Familienforschung unterstützt dich auf deinem Weg zu einem bedürfnisorientierten, harmonischen Familienleben. Dazu findest du Übungen zu Achtsamkeit und Selbstfürsorge und viel Platz zum Reinschreiben eigener Gedanken und Ideen sowie Anti-Schimpf-Reminder zum Downloaden.



Wir haben feste Erwartungen an die Geschlechterrollen, die Jungen zu erfüllen haben. Noch immer sollen sie stark sein, ab einem gewissen Alter lieber nicht mehr weinen und keine Röcke tragen.

Der Feminist, Journalist und Vater Nils Pickert hat ein leidenschaftliches, gedanklich präzises und berührendes Plädoyer für die Freiheit von Geschlechterrollen in der Erziehung unserer Söhne geschrieben. Er beschreibt, wo diese Männlichkeits-Normierung beim Spielzeugkauf, auf dem Schulhof oder im Gefühlsleben stattfindet und wie sehr sie Jungen in ihrer Entfaltung schadet. Der Autor zeigt, wie sehr viele Jungen Fürsorglichkeit und Puppen lieben – und brauchen. Es gibt eine unendliche Vielfalt an Wegen, vom Jungen zum Mann zu werden. Wie Eltern ihre Söhne dabei unterstützen können, schildert Nils Pickert mit vielen Hinweisen und Beispielen.

	<p>Auch wenn die Scheidung der Eltern für Kinder einen Verlust bedeutet: Ein neuer Partner von Vater oder Mutter kann ein wunderbarer Bonus sein.</p> <p>Der berühmte Familientherapeut Jesper Juul führt durch die Höhen und Tiefen des familiären Neuanfangs und zeigt: Wenn Erwachsene und Kinder miteinander im Gespräch bleiben und bestimmte Regeln beachten, dann ist eine Patchwork-Familie ein Gewinn für alle – für die neue Partnerin, den neuen Partner und auch für die Kinder.</p>
	<p>Kinder, Küche, Krisenmanagement. Ob sie wollen oder nicht: Immer noch erledigen Mütter einen Großteil der Familienarbeit, haben jedes noch so kleine To-do von Kindern und Partner im Kopf. Mental Load ist das Wort für die Last im Kopf, die Frauen grenzenlos stresst. Patricia Cammarata, Psychologin und bekannte Elternbloggerin, beschreibt konkrete Auswege aus der Mental Load-Falle. Zuständigkeiten gerecht verteilen, Aufgaben loslassen, Freiräume schaffen und vor allem als Paar die Energie darauf verwenden, füreinander da zu sein – das löst langfristig den Knoten. Natürlich gibt es nicht den einen Weg aus der Dauerbelastung. Dieses Buch zeigt viele Wege, um die Arbeits- und Verantwortungslast so aufzuteilen, dass es für die eigene Familie passt. Aber fest steht: Der freie Kopf macht es möglich, endlich durchzuatmen. Geteilter Mental Load eröffnet neue Perspektiven! Ein Buch für Mütter und Väter, die endlich gleichberechtigt leben wollen</p>
	<p>Seit der Steinzeit haben unsere Babys dieselben Bedürfnisse: Nähe, Schutz, Getragensein, essen dürfen, wenn sie hungrig sind, und schlafen dürfen, wenn sie müde sind. Unsere moderne Welt jedoch passt nicht immer zu diesen Bedürfnissen. Wie Eltern dennoch dem biologischen Urprogramm ihrer Kinder gerecht werden können, zeigt dieses Buch: konkret, ermutigend, undogmatisch und nachhaltig.</p> <p>Hier erfahren Eltern alles, was sie brauchen, wenn sie einen artgerechten Erziehungsstil ausprobieren und an ihren Alltag anpassen möchten.</p>
	<p>Im Alter zwischen 2 und 6 Jahren sind Kinder zum Fressen süß und entdecken mit großen Augen die Welt. Aber warum essen sie kein Gemüse, finden abends nicht in den Schlaf und schreien im Supermarkt?</p> <p>Nicola Schmidt zeigt mit vielen praktischen Tipps, wie Eltern auch heute der Biologie ihrer Kleinkinder gerecht werden können, obwohl die sich seit der Steinzeit kaum verändert hat.</p> <p>Wenn Eltern verstehen, was in Körper und Gehirn ihrer Kinder passiert, sehen sie ihren Alltag plötzlich mit anderen Augen – und wissen, was zu tun ist.</p>

	<p>Ankommen im neuen Leben: Das gilt nicht nur für das Baby, sondern auch für die frischgebackene Mutter. Sie muss ihre Rolle erst finden, sie ist emotional und körperlich gefordert wie selten sonst in ihrem Leben. In diesem Buch steht SIE im Fokus: Ein wertschätzender Appell, sich auch um das eigene Wohl zu kümmern, nicht nur um das Kind. Geschrieben von einer erfahrenen Hebamme und mit künstlerisch hochwertigen Fotografien von einer der führenden Geburtsfotografinnen ausgestattet, unterstützt das Buch junge Mütter, ihren eigenen Weg zu finden. Sich gut auf das Wochenbett vorzubereiten hilft, die magische, spannende erste Zeit in der neuen Mutterrolle wirklich zu genießen und eine enge Bindung zum Baby aufzubauen.</p>
	<p>Das Wochenbett ist für alle Beteiligten ein Abenteuer – sowohl für das Kind als auch für die Eltern ist alles neu und aufregend. Viele unterschätzen die Bedeutung dieser ersten Wochen. Die Autorinnen informieren umfassend und aufschlussreich, bieten praktische und emotionale Hilfestellungen und holen vor allem auch die Väter mit ins Boot.</p>
	<p>Beim Erfolgskonzept Baby-led Weaning (kurz BLW) bekommen Kinder ab dem Beikostalter statt Brei feste Nahrung angeboten, die sie selbstständig essen können. BLW unterstützt das Kind in seinen Entwicklungsschritten, fördert seine Eigenständigkeit, macht Schluss mit den gewohnten »Brei-Fütter-Schlachten« und hilft Kindern, ernährungsbewusste Erwachsene zu werden. Mit diesem Grundlagenbuch von Rapley und Murkett wurde BLW auch in Deutschland populär. Unter Berücksichtigung des neuesten Stands der Wissenschaft wurde es komplett überarbeitet und erweitert. Ergänzt wurden u.a. neueste Informationen zu Allergien, sicherem Füttern und der Anwendung von BLW in der Kinderbetreuung.</p>