

Heidemarie Brosche



Das kleine
Anti-Stress-
Paket
für Eltern

Erste Hilfe bei Wutanfällen,
Geschwisterstreit, Trödeln und Co.

© 2021 des Titels »Das kleine Anti-Stress-Paket für Eltern« von Heidemarie Brosche (ISBN 978-3-7474-0354-9) by mvg Verlag,
Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

Inhalt

Vorwort	7
Fragen zur Selbstreflexion	10
Impulse, die immer passen	12
Wenn es mit dem Baby stressig ist	20
Wenn es mit dem »trotzenden« Kleinkind stressig ist ...	22
Wenn es mit dem Kind beim Einkaufen stressig ist	28
Wenn das Kind bestimmte unerwünschte Verhaltensweisen immer wieder zeigt	31
Wenn das Kind unsoziale Verhaltensweisen zeigt	33
Wenn das Kind sich selbst gefährdet	36
Wenn das Kind groben Unfug macht	39
Wenn es Probleme mit dem neuen Geschwisterchen gibt	41
Wenn es Probleme unter Geschwistern gibt	45
Wie man dem Geschwisterstreit vorbeugen kann	49
Wenn das Kind bei seiner eigenen Geburtstagsfeier oder anderen Kinder-Events austickt	53

Wenn das Kind rund ums Essen Probleme macht	56
Wenn es in der Früh stressig ist	58
Wenn es beim Schlafengehen stressig ist	61
Wenn das Kind fordert und fordert	65
Wenn das Kind lügt	68
Wenn es stressig rund um PC und Co. ist	70
Wenn es Theater rund um die Hausaufgaben gibt	73
Wenn das Kind schlechte Noten hat	75
Wenn das Kind die Schule abbrechen will	80
Wenn das (vor)pubertierende Kind keine Lust mehr auf gemeinsame Unternehmungen hat	83
Wenn das pubertierende Kind den Eltern gegenüber die kalte Schulter zeigt	86
Wenn das Kind sich nicht an Abmachungen hält	89
Wenn das Kind zu Alkohol oder Drogen greift	91
Wenn Eltern das Familienleben mal zu anstrengend wird	93
Zum Abschluss	95