

**Dr. Mary Sheedy Kurcinka**

**Wie anstrengende**

**Kinder**

**zu großartigen**

**Erwachsenen**

**werden**

**Der Erziehungsratgeber für  
besonders geforderte Eltern**

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	11
<b>ERSTER TEIL</b>	
<b>Das Temperament verstehen</b>	17
<b>1   Wer ist dieses temperamentvolle Kind?</b>	19
<b>2   Eine andere Sichtweise</b>	35
Auf die Stärken bauen	
<b>3   Wodurch wird ein Kind temperamentvoll?</b>	51
Warum es tut, was es tut	
<b>4   Was zusammenpasst und was nicht</b>	86
Wie Eltern und Kinder zueinander finden	

## **ZWEITER TEIL**

**Mit dem lebhaften Temperament arbeiten** 99

**5 | Extrovertiert oder introvertiert** 101

Für Energie sorgen, um klarzukommen

**6 | Intensität** 138

Sie sind es, die starke Emotionen Ihres Kindes zuerst zerstreuen können

**7 | Intensität** 157

Lehren Sie Ihr Kind Fertigkeiten der Selbstregulation

**8 | Trotzanfälle** 192

Was Sie tun können, wenn alles fehlschlägt

**9 | Beharrlichkeit** 226

Entscheiden Sie, wann es sich zu kämpfen lohnt und wann Sie besser Ja sagen

**10 | Beharrlichkeit** 256

Die Kämpfe auswählen – Nein sagen

**11 | Sensibilität** 277

Verstehen, wie Ihr Kind sich fühlt

**12 | Leicht abzulenken oder besonders wahrnehmungsfähig** 295

Helfen Sie Ihrem Kind, Ihre Anweisungen zu hören

**13 | Langsame Anpassungsfähigkeit** 317

Übergänge erleichtern

**14 | Regelmäßigkeit, Energie, erste Reaktion und Stimmung** 341

Die »Bonus«-Merkmale verstehen

**DRITTER TEIL**

**Mit dem lebhaften Temperament leben** 377

**15 | Den Erfolg planen** 379

Neuralgische Punkte vorhersehen und ihnen vorbeugen

**16 | Zubettgehzeit und nächtliches Aufwachen** 404

**17 | Die Mahlzeiten** 440

**18 | Anziehen** 465

**VIERTER TEIL**

**Mit temperamentvollen Kindern unter Leute gehen** 493

**19 | Mit anderen Kindern klarkommen** 495

**20 | Krisenherde: Feiertage und Ferien** 522

**21 | Erfolg in der Schule** 548

## **FÜNFTER TEIL**

**Das Temperament genießen** 577

**Epilog: Die Rose in meinem Garten** 579

**Danksagung** 583

**Über die Autorin** 587