

Vorwort

»Sie haben mir versprochen, meine Tochter würde eine großartige Erwachsene werden und genau das ist sie geworden!«

Lydia, zweifache Mutter

Willkommen bei der Lektüre von *Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden*. Ich bin Mary, lizenzierte

Dozentin im Eltern- und Kindercoaching, selbst Mutter temperamentvoller Kinder, die inzwischen erwachsen sind, und werde Sie durch dieses Buch begleiten. Mit Freude kann ich Ihnen mitteilen, dass sich die Informationen und Strategien in *Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden* bereits langfristig bewährt haben.

Als Eltern eines temperamentvollen Kindes haben Sie vielleicht manchmal das Gefühl, Sie wären damit ganz allein. Das sind Sie aber nicht. Tausende vor Ihnen sind diesen Weg gegangen, und es gibt inzwischen Informationen, die dabei helfen, bestimmte Sachen zu verbessern. Jeden Tag werden Erfahrungsberichte von Eltern, die diese Informationen erfolgreich nutzen konnten, auf meiner Facebook-Seite der Gruppe für *Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden* gepostet oder landen in

meinem E-Mail-Account.

So schrieb Lydia: »Sie haben mir beigebracht, meinem Kind zuzuhören. Seit meine Tochter merkt, dass ich ihr zuhöre und sie respektiere, hat sie großes Selbstvertrauen und versteht sich endlich selbst. Kürzlich hat sie ihr Studium in drei Hauptfächern abgeschlossen. Sie hatte mit großen Schwierigkeiten zu kämpfen und hat sie alle bewältigt. Ich wünschte mir, ich wäre auch so ›beeltert‹ worden, wie ich sie ›beeltert‹ habe.«

In dieser dritten Auflage von *Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden* wurden in jedes Kapitel neue Informationen und die aktuellsten Forschungsergebnisse eingefügt. Es wurden neue Tipps mit aufgenommen, wie Sie sich auf die Stärken Ihres Kindes konzentrieren können, gelassen bleiben, Zusammenbrüche abfangen, klare Grenzen setzen können, eine lösungsorientierte Familie werden und die

Häufigkeit von Konflikten mit Gleichaltrigen und Geschwistern reduzieren können. Außerdem finden Sie einen Leitfaden für die Wahl einer Schule, die für Ihr Kind »passt«.

Das [Kapitel 16](#) »Bettgezeit und nächtliches Aufwachen« wurde ebenfalls völlig neu formuliert. Jahrelange Arbeit mit einzelnen Familien hat mir bei der Feinabstimmung der hilfreichsten Informationen geholfen sicherzustellen, dass Ihre Familie den Schlaf bekommt, den sie braucht und verdient.

Als ich mich hinsetzte, um die erste Version von *Wie anstrengende Kinder zu großartigen Erwachsenen werden* zu schreiben, war ich Mutter von zwei Kleinkindern und gab Kurse für Eltern im Rahmen des Minnesota Early Childhood Family Education Program. Damals frustrierten mich die bestehenden Lehrpläne, und es war wichtig für mich, mit anderen Eltern zu sprechen, die verstanden, was ich mit einem Kind durchmachte, das fünfundvierzig Minuten

schreien konnte, weil der Toast in Dreiecke geschnitten war und nicht wie erwartet in Rechtecke. Mit einem Kind, das lieber sterben wollte, als die Antwort Nein zu akzeptieren, und so empfindlich war, dass es die Nähte in den Socken störten. Mit einem Kind, das in gängigen Erziehungsratgebern entweder gar nicht auftauchte oder in schrecklich negativer Art besprochen wurde – mit Begriffen, die ich nicht akzeptieren wollte.

Ich brachte in diese ersten Kurse über temperamentvolle Kinder die neuesten Forschungsberichte und Studien über kindliche Entwicklung, Kommunikation, Persönlichkeit, Temperament und Typ ein. Wir kauten sie durch, zerpfückten sie und überlegten uns Möglichkeiten, wie wir sie als Hilfe dafür nützen könnten, widerstrebende kleine Personen angezogen, gefüttert oder ins Bett zu bekommen und mit etwas weniger Auseinandersetzungen durch ein Geschäft zu