

Artgerecht betreuen

Artgerecht betreuen – so geht's

Ab wann Kinder betreut werden

können • Der perfekte Ort • Kriterien für einen guten Kindergarten • Die optimale Betreuungszeit • Was passiert, wenn Kleinkinder Stress haben? •

Woran Eltern merken, dass es zu viel ist

• Wie Kinder sich eingewöhnen • Aber wir haben keine Wahl! • Falsche

Erwartungen

Gastbeitrag: »Alle müssen sich

wohl fühlen« – Ein Interview mit Prof. Dr.

Fabienne Becker-Stoll

Das sagt die Wissenschaft

FAQ

Artgerecht leben

Artgerecht leben – so geht's

Zeit für mich • Zeit als Paar • Warum ein Clan gesund macht •

Verantwortung übernehmen •

Verantwortung gegenüber unserem Planeten

Gastbeitrag: »Achtsamkeit,

Stressbewältigung und Selbstfürsorge« – von Lienhard Valentin

Nachwort

Danksagung

Anhang

Anmerkungen

Register



Artgerecht!?

Im Supermarkt. Meine zwei Kinder und ich schaffen es an den Süßigkeitenregalen vorbei bis in die richtige Abteilung, finden, was wir brauchen, »bitte-komm-jetzt« uns durch den Plastikhorrer der Spielzeugabteilung zurück bis zur Kasse. Ich lege die Waren aufs Band. Der Fünfjährige klettert auf der Kassenabspernung herum. »Bitte lass das, ich weiß nicht, ob das hält.« Die Zweijährige hat eigene Pläne. »Nein! Du darfst *nicht* die Tüten aus dem Regal dort reißen!«

Als die KassiererIn den Betrag nennt, fällt der Große von der Abspernung, die Kleine

kriegt einen Tobsuchtsanfall und reißt mir das Portemonnaie aus der Hand, der Große versucht, sich im Fallen an meinem Mantel festzuhalten, und reißt die Kapuze ab, die Kleine verteilt Scheckkarten auf dem Boden, der Große weint, als ich ihn unglücklich zu packen kriege; und die KassiererIn lächelt ihr vollautomatisches Lächeln: »Sammeln Sie Punkte?«

Nein, ich sammle keine Punkte. Ich sammle Fragen. Und Antworten. In diesem Fall fragte ich mich: Warum ist das Leben mit zwei Kleinkindern mitten in Berlin so anstrengend, wenn in all meinen Büchern steht, dass Menschen schon immer Kleinkinder hatten und wir uns als Menschheit ganz prima entwickelt haben? Das ist doch nicht – artgerecht? Ich fühlte