

Presseinformation

Nicola Schmidt

Erziehen ohne Schimpfen

Alltagsstrategien für eine artgerechte Erziehung

Umfang: 176 Seiten, mit ca. 50 Fotos und 40 Illustrationen

Format: 16,0 x 21,5 cm, Klappenbroschur

Preis: 16,99 € (D)/ 17,50 € (A)/ 23,90 sFr

ISBN: 978-3-8338-6856-6

Erscheinungsdatum: August 2019

 Auch als eBook erhältlich.



Gelassenheit statt Ausraster: Regeln setzen ohne Strafen

Studien belegen, dass Kinder alle 3 bis 9 Minuten zurechtgewiesen, geschimpft und bestraft werden – im Supermarkt noch öfter. Dabei ist Schimpfen weder für Kinder noch für Eltern angenehm. Eltern ertappen sich dabei, dass sie sich nicht anders zu helfen wissen, wenn das Kind etwas angestellt hat oder nicht hören will und fragen sich: Kann Schimpfen einem Kind auch schaden? Und geht es überhaupt ohne?

Tatsächlich kann Schimpfen unerwünschte Nebenwirkungen haben: Das Selbstwertgefühl der Kinder leidet, der Lerneffekt ist selten positiv und es belastet die Beziehung; die Eltern plagt danach oft ein schlechtes Gewissen, das Gefühl von Hilflosigkeit und Scham.

Nicola Schmidt zeigt in **Erziehen ohne Schimpfen** Alternativen auf. Jenseits von Regeln wie „Zählen Sie bis 10 und atmen Sie tief durch“, gibt die Erziehungsexpertin Eltern einfache Schritte an die Hand, die den Druck im Alltag rausnehmen und die Kommunikation mit dem Kind fördern.

Der erste Schritt ist, die Ursachen für das Schimpfen zu erkennen – nicht selten sind es Stress und Überforderung. Durch Selbstreflexion, sinnvolle Organisation des Familienalltags und einfache 1-Minute-Übungen kommt man oft schon ein riesiges Stück voran. Mit Klarheit, Empathie und Spiegelung lassen sich Konflikte besser lösen als mit Lautstärke.

Nicola Schmidt geht kompetent und kreativ auf Fragen ein wie „Wie kann ich Regeln vermitteln, so dass sie beim Kind ankommen und verstanden werden?“ oder „Was kann ich in akuten Streitsituationen tun, um die Spannung zu lösen?“

Das Buch schließt mit einer 21-Tage-Challenge ab, mit der Eltern binnen einer Woche aus der Schimpffalle heraus- und wieder in den „grünen“ Bereich hineinkommen.

- alltagspraktischer Rat von der derzeit erfolgreichsten Erziehungsautorin
- kreative, spielerische Ideen zur Lösung von Konflikten
- der Gezeitenwandel in der Erziehung: pragmatisch statt ideologisch



Nicola Schmidt ist Wissenschaftsjournalistin, Autorin und Dozentin. Sie schreibt für Tageszeitungen, Online-Medien und Magazine am liebsten über glückliche Babys und Kinder (Entwicklungspsychologie, Evolutions- und Verhaltensbiologie). Nachdem sie 2008 anfang, ihren deutschlandweit bekannten und führenden Blog über Attachment Parenting zu schreiben, gründete sie 2010 das „Artgerecht-Projekt“ und begann, deutschlandweit Elternkurse und Elterntreffen zu veranstalten. Nicola Schmidt leitet jährlich Artgerecht-Camps, wo sie gemeinsam mit Wildnispädagogen artgerechtes Familienleben anbietet. Seit 2012 bildet sie in Deutschland, Österreich und der Schweiz Artgerecht-Coaches aus. Unter dem Artgerecht-Label hat sie zahlreiche Bestseller verfasst, u.a. „artgerecht – Das andere Baby-Buch“ und „Geschwister als Team“.

www.nicolaschmidt.de

www.artgerecht-projekt.de

www.facebook.com/artgerechtprojekt