

Inhalt

Einführung	Ihr Kind – Persönlichkeit und Partner 8
Die ersten 14 Tage	Die ersten Tage in der Klinik und daheim 11 Das erste Kind verändert Ihr Leben 16
Der Körper des Kindes	So verändert sich der Körper Ihres Kindes im ersten Lebensjahr 19 Jetzt kommt der erste Zahn 24 So bleibt Ihr Kind gesund und vergnügt 25 Ihr Kind hat seinen eigenen Tagesrhythmus 34 Die Vorsorgeuntersuchungen sind lebenswichtig 35 Impfungen sind für Ihr Kind kein Problem 36 Das können Sie tun, um Unfälle zu vermeiden 37 Erste Hilfe – was Sie tun können und was Sie dazu brauchen 39 So helfen Sie Ihrem kranken Kind 42
Ernährung	Muttermilch ist in den ersten Monaten am besten 47 Die Mahlzeit aus der Flasche – richtig gemischt 51 Jetzt wird der Speiseplan immer reichhaltiger 55 Essen und Trinken macht allen Kindern Spaß 58 Die Verdauung „stimmt“: ein gutes Zeichen 64
Umwelt	Wäsche und Kleidung sollten vor allem praktisch sein 65 Im Bett soll sich Ihr Kind richtig wohl fühlen 69 Ihr Kind braucht viel Platz zum Spielen 71 Unterwegs mit Ihrem Kind 74
Mitwelt	Vater und Mutter, meine besten Freunde 78 Mutti, spielst du jetzt nicht mehr mit mir? 81 Jeder Zwilling ist eine eigene Persönlichkeit 84

	Ein Babysitter muß kinderlieb und intelligent sein 86
	Verwandte, Freunde und Bekannte 87
Psychische Entwicklung	Das erfährt und lernt Ihr Kind im ersten Lebensjahr 89
	Die häufigsten Ursachen für Fehlentwicklungen 93
	Jetzt will Ihr Kind schon spielen 95
Tagebuch	Tagebuch des ersten Lebensjahres für – 100
Entwicklungsprogramm	Was Sie über Spielen, Spaß und Lernen wissen sollten 108
	Gymnastik und Bewegung machen Ihr Kind vergnügt 112
	Wer viel sieht, lernt viel 118
	Mit dem Mund fühlt Ihr Kind jetzt am besten 121
	Wer viel hört, will bald auch sprechen 123
	Ihr Kind will Lärm machen 126
	Jetzt kann Ihr Kind noch musikalisch werden 128
	Kreativität und Denken beginnen im ersten Vierteljahr 129
	Die Selbstsicherheit wächst mit dem Vertrauen in die Welt 134
	Sie können die Gefühle Ihres Kindes wecken 136
	So öffnen Sie Ihrem Kind den Weg zu anderen Menschen 138
Recht	Diese Rechte hat Ihr Kind 141
	Was Sie über „elterliche Gewalt“ wissen müssen 142
	Die wichtigsten Bestimmungen des Mutter-schutzgesetzes 143
Übersichten	Diese Nahrungsmengen braucht Ihr Kind 144
	So entwickeln sich Körper, Wahrnehmung und soziales Verhalten 147
	Gewicht und Größe für jeden Monat in Zahlen 150
	Bei diesen Symptomen sollten Sie den Arzt fragen 151
	Über diese Adressen erhalten Sie Hilfe und Auskünfte 153
	Register 154
	Quellen und weiterführende Literatur 156