

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

Erziehung zum Glücklichsein

- 10 «Der Körper ist mein Haus . . .»
- 12 Aus Eindrücken wird Ausdruck
- 14 Vom Sinn der Sinne
 - Sinneserlebnisse – Nahrung für die
- 15 Sinne

Vitamine und Zärtlichkeit

- 20 Die Haut – Königin der Sinne
- 22 Vitamin Z
- 25 Zärtlichkeit ist erotisch
 - 27 Das Recht, ja oder nein zu sagen
 - 29 Berührung – Sprache ohne Worte
 - 32 «Liebs Büseli – bösi Chatz!»
 - 34 Handeln – misshandeln
- 36 Nähe geniessen

Chribele und Chräbele

- 42 Körper und Kontakt
- 43 Zum Körper sprechen
- 48 Babymassage
- 49 Einige Regeln, die Sie beachten sollten
- 50 Ablauf der Massage
- 54 Was ist eigentlich Massage?
- 56 Streichelspiele

Mit Leib und Seele

- 72 Auf den Körper hören
- 74 Unser Körper – Freund oder Feind?
- 76 Stillen – Bedürfnisse stillen
- 80 Die Welt erschmecken
- 81 Zwischen Schmutz und Schönheit
 - Reinlich und sinnlich – kein
- 83 Gegensatz
- 86 Badeplausch und Seifenspass
- 88 Mit den Händen sehen
- 92 Die Privatsphäre des Kindes
- 94 «Heile, heile säage . . .»

Ja zu Lust und Neugier

- 98 Nacktsein ist reizvoll
- 102 Vom Mut, ja oder nein zu sagen
- 104 Hemmungen
- 105 Andere denken anders
 - Von der Schwierigkeit, die passenden
- 107 Worte zu finden
- 108 «Giri-giri-gitz . . .»
- 111 «Aufklärung» – nein danke!
- 112 Offene Fragen
- 115 Bücher
- 116 Wie man sich bettet . . .
- 118 Vom Kuschneln
- 122 Der Freiraum der Eltern

Spielen ist sinnlich

- 126 Spielen, spielen . . .
- 128 Den Körper verwandeln
- 131 Bewegung – Spiel mit der Freiheit
- 133 Mit Bewegung beginnt alles . . .
- 135 Bewegung genießen
- 139 Gleichgewicht und Hindernisse
- 143 Festhalten und Loslassen

Anhang

- 148 Literatur
- 149 Bücher für die Kinder
- 150 Bücher für die Eltern
- 152 Bezugsquellen für Tragvorrichtungen