

Hinweis: Die aufgeführten Literaturtipps richten sich in erster Linie an werdende und junge Eltern. Diese Buchtipps sind eine kleine, subjektive Auswahl an Literatur, die ich als besonders empfehlenswert erachte.

Zur Einstimmung

Auf der Suche nach dem verlorenen Glück

Jean Liedloff

1980 ; C.H.Beck Verlag ; ISBN: 3-406-52860-0

Inhalt: Im Dschungel Venezuelas trifft eine junge Amerikanerin auf die Yequana-Indianer. Fasziniert vom offenkundigen Glück dieser "Wilden", bleibt sie insgesamt zweieinhalb Jahre bei dem Stamm und versucht, die Ursachen dieses glücklichen und harmonischen Zusammenlebens herauszufinden. Sie entdeckt dessen Wurzeln im Umgang dieser Menschen mit ihren Kindern und zeigt, wie dort noch ein bei uns längst verschüttetes Wissen um die ursprünglichen Bedürfnisse von Kleinkindern existiert, das wir erst neu zu entdecken haben.

(Am besten liest man das Buch bereits in der Schwangerschaft und reicht es gleich an den werdenden Vater weiter) Ich werde der Freundin, die mir dieses Buch in der Schwangerschaft geschenkt hat, ewig dankbar sein!

Schwangerschaft/ Geburt

Die Hebammensprechstunde

Ingeborg Stadelmann

Verlag Stadelmann, überarbeitete Ausgabe, Nachdruck (Januar 2007)

ISBN-13: 978-3980376068

Inhalt: Ingeborg Stadelmann ist freiberufliche Hebamme und Mutter von drei Kindern. Sie hat ihr Buch für werdende Eltern und Hebammen geschrieben. Das Buch führt Sie vom Beginn der Schwangerschaft über die Geburt, die Stillzeit bis zum Spätwochenbett. Sie erhalten Ratschläge und Tipps aus der Pflanzenheilkunde, der Homöopathie und der Aromatherapie. Dieses Buch ist eine wahre Fundgrube für alle, die Informationen über natürliche Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett suchen.

Wochenbett

Alles rund ums Wochenbett

Viresha Julia Bloemeke

1999 ; Kösel Verlag ; ISBN: 3-466-34405-0

Inhalt: Die erfahrene Geburtsvorbereiterin und Hebamme Viresha Bloemeke zeigt auf einfühlsame Weise, wie frisch gebackene Mütter und Väter die Zeit nach der Geburt des Babys positiv erleben und genießen können.

Die Themen:

- Das Neugeborene, seine Bedürfnisse und seine Persönlichkeit
- Eltern-Kind-Beziehung
- Babypflege
- Milchbildung und Stillen
- Ernährung
- Geburtserlebnis verarbeiten
- körperliche und seelische Umstellungs- und Heilungsprozesse
- Entspannung
- Massagen
- Rückbildungsübungen
- Neufindung als Frau
- Mutter und Vater, Frau und Mann
- u.v.a.

Stillen

Das Stillbuch

Hannah Lotthrop

Verlag: Kösel; Auflage: 27. (2002)

ISBN-10: 346634431X , ISBN-13: 978-3466344314

Inhalt: Das Stillbuch ist auch für Väter gedacht, für Paare, für Geburtsvorbereitungskurse und Selbsthilfegruppen, für Hebammen, Kinderschwestern und Ärzte - für alle, die das Stillen verständnisvoll unterstützen wollen, als einen Prozess, der Kind und Eltern persönliches Wachstum ermöglicht.

Der frühe, intensive Kontakt, den das Stillen ermöglicht, ist für die Mutter-Kind-Beziehung und für die körperliche und emotionale Entwicklung des Babys von unschätzbare Bedeutung. Unter Berücksichtigung der neusten Ergebnisse aus Wissenschaft und angewandter Stillunterstützung vermittelt "Das Stillbuch" durch Aufklärung und praktische Hilfestellung jene Sicherheit und Gelassenheit, die Mütter für eine befriedigende Stillzeit benötigen.

Schlafen

Schlafen und Wachen

Ein Elternbuch für Kindernächte

William Sears

Verlag: LLLCH Verlag (La Leche Liga, Schweiz) ; Auflage: 2. Aufl. (2007) 256 Seiten

ISBN-10: 3906675033 , ISBN-13: 978-3906675039

Unruhige Kinder, schlaflose Nächte - das gehört wohl zu den größten Herausforderungen für junge Eltern. Kein Wunder, dass derzeit Schlafratgeber boomen. Auch dieses Buch befasst sich mit dem Thema und ist doch ganz anders!

Hier schreibt nicht nur der Wissenschaftler und Kinderarzt Dr. William Sears, sondern auch der erfahrene Vater einer großen Familie. Er verbindet die Ergebnisse der Schlafforschung mit großem psychologischem Einfühlungsvermögen und tiefem Respekt vor der Persönlichkeit des kleinen Kindes. Dr. Sears verspricht auf schwierige Fragen keine einfachen Antworten - gerade deshalb ist dieses Buch so wertvoll für Eltern, die ihre Aufgabe ernst nehmen. Familien auf der ganzen Welt haben von seinen Anregungen profitiert und sind mit ihren Kindern zu ruhigem und erholsamem Schlaf gelangt.

Die La Leche Liga Schweiz hat "Schlafen und Wachen" neu überarbeitet und mit einem Anhang versehen, der historisch kulturelle Hintergründe zum gemeinsamen Schlafen von Eltern und Kindern aufzeigt.

Der Verlag über das Buch

"Zum Glück haben Eltern heute Dr. William Sears, der weiß wovon er spricht. 'Glauben Sie mir', scheint er zu sagen, 'ich habe es selbst erlebt'. Und wir glauben ihm auch, denn seine Liebe zu Kindern und sein Wissen um ihre Bedürfnisse zieht sich wie ein roter Faden durch das Buch ... es wird allen jungen Eltern helfen, glücklichere und selbstbewusstere Kinder aufzuziehen."

(aus dem Vorwort von Mary White, Mitbegründerin der La Leche Liga International)

Tragen

Ein Baby will getragen sein

Evelin Kirkilionis;
1999; Kösel; ISBN: 3-466-34408-5

Inhalt: Angeschmiegt an die Mutter oder den Vater erlebt ein Kind jene Nähe und Geborgenheit, die es so sehr braucht, um nach und nach vertrauensvoll seine neue Welt zu erforschen.

Welche Tragehilfen für welche Situation die geeignetsten sind, worauf Sie beim Erwerb achten sollten und welche Anwendungsmöglichkeiten sich anbieten, all das erfahren Sie anhand ausführlicher Beschreibungen und Illustrationen.

Kommunikation

Was sagt mir mein Baby, wenn es schreit

Dr. Joachim Bensel;
2003; Oberstebrink; ISBN: 3-934333-07-9

Inhalt: Wenn Ihr Baby schreit, will es Ihnen mitteilen, dass irgendetwas nicht in Ordnung ist. Und Sie müssen herausfinden, warum Ihr Baby schreit. Dieses Buch ist für alle Eltern geschrieben, die mehr über die erste Sprache Ihres Baby wissen wollen - egal, ob ihr Baby ein Schreibaby ist oder nicht. Hier finden Sie alles über das Schreien im Baby-Alter - zum Beispiel: Kein Baby schreit, um seine Eltern zu ärgern. Und Babys schreien nicht nur, wenn sie Hunger haben. Deshalb reicht es auch nicht, ein Baby immer nur durch Füttern zu beruhigen. Dieses Buch hilft Ihnen, Ihr Baby zu verstehen und mit ihm ins Gespräch zu kommen, obwohl es noch nicht sprechen kann.

Smart Love

Martha Heineman Pieper, William J. Pieper;
2003; dtv; ISBN: 3-423-34032-0

Smart Love vermittelt eine Methode richtig dosierter Zuwendung, Förderung und Liebe, verbunden mit einer Konsequenz, die Kindern Klarheit vermittelt. Ohne den Anspruch auf Perfektion und Unfehlbarkeit zu erheben, zeigen die beiden Autoren neue Erziehungswege auf, pragmatisch und anschaulich aufbereitet, aber nie als schlichte Kochrezepte und nie mit erhobenem Zeigefinger. Auf jeder Seite dieses kompetenten und sympathischen Ratgebers wird spürbar, dass die zahlreichen Beispiele und Vorschläge aus einer lebensnahen Praxis stammen: Die Autoren sind erfolgreiche Psychotherapeuten für Kinder und Jugendliche und haben als Ehepaar selbst fünf Kinder.

Die neue Familienkonferenz

Thomas Gordon
Verlag: Heyne (1994) ISBN-10: 3453078616; ISBN-13: 978-3453078611

Eine Rezension der ich beipflichten kann:

Ich würde dieses Buch (neben einigen anderen wie "In Liebe wachsen" von Carlos Gonzalez oder den Werken von Jesper Juul) allen Eltern am liebsten bereits vor der Geburt ihrer Kinder schenken. Gerade die immer wieder gern und intensiv diskutierten Themen wie Disziplinierung versus Selbstdisziplin, Lob, Tadel, Belohnungs- und Bestrafungsmechanismen werden kritisch und äußerst fundiert beleuchtet.

Das Wichtigste jedoch: Es werden wertvolle Alternativen (Methoden des aktiven Zuhörens, Demokratisierung der Familienstrukturen, Abschaffung von "Gewinner" oder "Verlierer"-Seiten) zu herrschenden Umgangsstilen angeboten. Der Erkenntnisgewinn ist verglichen mit anderen Ratgebern enorm, wobei ich den Begriff Ratgeber für dieses Buch als zu kurz gegriffen finde.

Eine Apologie des respektvollen Umgangs mit Kindern!

Entwicklung**Babyjahre**

Remo Largo;
2003; Piper; ISBN: 3-492-23319-8, 512 Seiten

Inhalt: Jedes Kind ist anders - Die Bedürfnisse eines Säuglings und Kleinkinds zu erkennen und richtig zu deuten ist für Eltern nicht immer leicht, besonders wenn es ihr erstes Kind ist. Sprechen kann das Baby nicht, aber es hat eine Vielzahl von Möglichkeiten, sich auszudrücken.

Der erfahrene Kinderarzt Prof. Remo Largo will mit seinem Buch das Verständnis bei Eltern und Erziehern für die biologischen Gegebenheiten und die Vielfalt des kindlichen Verhaltens wecken.

Oje, ich wachse

Hetty van de Rijt, Frans X. Plooij
1998; Mosaik bei Goldmann; ISBN: 3-442-16144-4

Inhalt: Achtmal steht Ihr Baby Kopf - Jedes Baby wächst nicht nur körperlich, sondern auch geistig. Die beiden niederländischen Entwicklungspsychologen van de Rijt und Plooij haben herausgefunden, dass es während der ersten 14 Monate acht große Sprünge in seiner geistigen Entwicklung macht. Diese erfolgen immer im gleichen Rhythmus und sind somit vorhersehbar. Die Autoren zeigen, was während dieser Sprünge in Ihrem Baby vorgeht und wie Sie ihm in dieser schwierigen Zeit helfen können.

Ihr Baby kann's

Rita Messmer
Verlag: Beltz; Auflage: Nachdruck (März 2007), 164 Seiten
ISBN-10: 3407228686 , ISBN-13: 978-3407228680

Inhalt: Viele Eltern bremsen ihre Babys, statt sie zu fördern - meistens ohne es zu merken. Rita Messmer (Mutter von drei Kindern) zeigt an zahlreichen Beispielen aus dem Alltag mit Kleinkindern, wie Eltern sich vieles leichter machen können. Besondere Berücksichtigung finden dabei die Erziehungsprinzipien der Montessori-Pädagogik. Indem Eltern die natürlichen Entwicklungskräfte ihrer Babys einbeziehen, können sie im ersten Lebensjahr die Basis für Selbstbewusstsein und Selbstständigkeit ihrer Kinder legen.

Mit der heutigen Babybetreuung verhindern wir vielfach unbewusst eine natürlich angelegte Entwicklung, so dass später in der Erziehung oft Machtkämpfe entstehen, die nicht nötig wären. Das bereits erfolgreiche und jetzt überarbeitete Buch von Rita Messmer zeigt auf, dass ein Baby von Natur aus alle Anlagen hat, um sich gut zu entwickeln, wenn wir diese Anlagen nur nützen und zu wecken wissen.

Die Autorin möchte den Müttern Mut machen, indem sie ihnen Verantwortung gibt, ohne sie mit Schuldgefühlen zu beladen. "Naturnahe Erziehung", "Selbstverantwortung", "Verständnis" und "Vertrauen" stehen dabei im Vordergrund.

Das kompetente Kind

Jesper Juul
Verlag: Rowohlt Tb.; Auflage: 7 (Januar 2003) ISBN-10: 3499614855, ISBN-13: 978-3499614859

Inhalt: Seit dem Erfolgsbuch "Weltwissen der Siebenjährigen" sind sie in aller Munde: die unterschätzten Talente der Kinder. Wie ihre faszinierenden sozialen Fähigkeiten Familienleben und Erziehungspraxis bereichern können, zeigt der bekannte dänische Pädagoge Jesper Juul anhand vieler Beispiele. Ein erfrischendes Plädoyer für Eltern, auf die Selbstbestimmung und Eigenverantwortung ihrer Kinder zu vertrauen.