

<b>Vorwort</b>	<b>9</b>
<b>Kapitel 1: Die Botschaft deines Kindes oder: Was dein Kind dir mit seinem Verhalten sagen möchte</b>	21
Du fängst bei dir an	21
Wenn der Stempel erst einmal auf deinem Kind drauf ist	23
Warum Therapien in den meisten Fällen nicht den gewünschten Erfolg bringen	24
Ratschläge bringen dich nicht ans Ziel	31
Fragebogen: Deine ersten (Selbst-)Erkenntnisse	33
Was dein Selbstbewusstsein mit deinem Kind zu tun hat	37
Was passiert, wenn du Ja sagst zum Außen, obwohl du eigentlich Nein meinst	37
Es ist an der Zeit zu verlernen	40
<b>Kapitel 2: Theoretische Grundlagen als Fundament für die SymptomFREIheit</b>	42
Die Gesetze des Lebens	42
Das Gesetz der Geistigkeit	46
Das Gesetz der Analogie	48
Das Gesetz der Schwingung	50
Das Gesetz der Polarität	52
Das Gesetz des Rhythmus	54
Das Gesetz von Ursache und Wirkung	56
Das Gesetz des Geschlechts	61
Das Gesetz der Anziehung (Resonanzgesetz)	62
<b>Kapitel 3: Die Lebensgesetze praktisch und bewusst angewendet – und zwar so, dass sie uns dienen</b>	64
Wir sind Schöpferinnen und erschaffen unsere Realität von nun an von innen nach außen	64
So viele Menschen reden von Manifestation. Doch wie funktioniert das konkret für dich?	69
Der Universumskellner	78
Warum „hoffen“ und „wünschen“ nicht funktioniert	83
Das Ego	86
<b>Kapitel 4: Die Botschaft der Symptome richtig verstehen</b>	90
Brief eines auffälligen Kindes an seine Mama	90
Es ist Zeit, dass wir lernen, die Ursachen zu erkennen, damit die Symptome nicht länger gebraucht werden	95

Die Kette der Symptomentstehung	99
Wann Symptome durch unseren Körper oder stellt- vertretend durch den unseres Kindes sichtbar werden	100
Dein Vorausgehen durchbricht transgenerationale Traumata	102
Praxisfälle	103
Du bist der Sauerstoff in deiner Familie!	111
<b>Kapitel 5: Dein Kind als Spiegel</b>	114
Kinder spiegeln uns eins zu eins	115
Kinder spiegeln das Gegenteil	116
Wenn Kinder regelmäßig nicht auf das „Nein!“ ihrer Eltern hören	117
Bettnässen bei Kindern und Jugendlichen	119
Ständiges Schimpfen und Meckern mit unseren Kindern	120
Magersucht beim Kind	122
Das Kind ist dauererkältet im Winter und kann nur selten in den Kindergarten	123
Immer diese Geschwisterstreitigkeiten	124
Hausaufgabenstress mit deinem Kind	126
AD(H)S	129
Lese-Rechtschreib-Schwäche	130
Dein Kind klagt über Magenschmerzen und hat Verdauungsprobleme	130
Schulverweigerung und/oder Mobbing	131
Nägelkauen	133
Erschöpfung, Burn-out und Depression bei Erwachsenen	133
Migräne	134
Schlafschwierigkeiten	135
Emotionale Störungen bei Kindern	137
Neurodermitis	137
Hochsensibilität	139
<b>Kapitel 6: So kommst du in die Umsetzung</b>	141
1. Klebezettel	142
2. Ho'oponopono	143
3. „Friede beginnt bei mir!“	145
4. Dankbarkeitsritual	145
5. Deine morgendliche Ausrichtung	148
6. Bedürfnisgerechte Elternschaft fängt bei dir an	150

7. Deine Bullshit-Liste	152
8. Deine Fülle-Liste	153
9. Dein inneres „Verkaufsschild“	154
10. DU stehst an erster Stelle!	156
11. Setze dir große Ziele!	157
12. Dein Selbstbild	160
<b>Kapitel 7: Der richtige Umgang mit Emotionen</b>	<b>163</b>
Wie kommst du von deinen unbewussten Emotionen in dein Bewusstsein?	165
Wütend <i>sein</i> versus sich wütend <i>fühlen</i>	168
Das Wutfass	170
Kommunikation statt Unterstellung	172
<b>Kapitel 8: Warum Partnerschaft ein wichtiges Thema für die SymptomFREIheit deines Kindes ist</b>	<b>177</b>
Eine Beziehungen heilen beginnt immer zuerst bei der Beziehung zu dir selbst	179
Auch unser Partner ist unser Spiegel	180
Geteiltes Leid ist doppeltes Leid	182
Um berührt zu werden, musst du dein Herz öffnen	184
Willst du recht haben oder glücklich sein?	188
Jede Beziehung hat Geschenke für dich: Finde sie!	190
Erwartungen sind destruktiv in einer Beziehung	192
<b>Kapitel 9: Wenn's mit der Umsetzung mal nicht so gut klappt und was du dann tun kannst</b>	<b>199</b>
Warum Lesen allein nichts hilft und du in die Umsetzung kommen darfst	199
Auf deinem Weg kommen manchmal Terrorbarrieren – gehe darüber!	201
Selbstzweifel als einen der größten Verhinderer überwinden	203
Verlustangst besiegen	204
Wie du wieder in deine Lebensenergie kommst	205
Oben Glitzer drüber streuen hilft nicht, wenn wir dem Schatten nicht ins Gesicht schauen	206
Konfrontation statt Ablenkung	207
Du bist aufgefordert, tiefer hinzuschauen, als du das bisher gemacht hast	207
Gib dir selbst die Erlaubnis, auf die du so lange gewartet hast	210

<b>Kapitel 10: Lerntherapeutische Förderung für Kinder mit LRS und Konzentrationsschwäche</b>	213
Don'ts	216
Schwierigkeiten im Umgang mit Lernschwächen beim Kind	217
Was brauchen Eltern in diesen Situationen?	217
Unterschied Legasthenie versus LRS	218
Ursachen für LRS	219
Förderung	221
Vorläuferfähigkeiten für das Lesen, Schreiben, Rechnen und für die Konzentrationsförderung	222
Worterarbeitung mit allen Sinnen	226
<b>Zum Schluss ...</b>	229
<b>Anhang</b>	234
1. AD(H)S aus schulmedizinischer Sicht	234
Definition, Symptome, Diagnose	
Inhalte einer ADHS-Testung	
2. Meine Beobachtung und Erfahrung mit mittlerweile einigen Hundert Kindern mit AD(H)S-Diagnose	237
Zeit, um Danke zu sagen	242
Literaturverzeichnis	246
Über die Autorin	249
SymptomFREI Kunden-Stimmen	250