

Inhalt

Einführung: Das neue „Kaktus-Buch“	5
<i>Teil 1: Vier Säulen einer tragfähigen Beziehung</i>	
1. Der Schlüssel zum Herzen Ihres Kindes	13
<i>Teil 2: Hinsehen:</i>	
<i>Eine Bestandsaufnahme der Beziehung zu Ihrem Kind</i>	
2. Idealer Teenager gesucht	29
3. Beziehung geht vor!	44
4. Mädchen sind Mädchen und Jungs sind Jungs	57
5. Zahnpangen, Pickel und andere Ärgernisse	69
<i>Teil 3: Begleiten und loslassen:</i>	
<i>Vorbereiten auf ein eigenverantwortliches Leben</i>	
6. Start in die Teenagerzeit: Das „Teen Prep“-Projekt ...	89
7. Countdown zum Erwachsenwerden	106
<i>Teil 4: Beziehung bauen:</i>	
<i>Wie man größere Hindernisse aus dem Weg räumt</i>	
8. Laber mich nicht voll!	125
9. Wenn die Verbindung gestört ist	142
10. Kapitulation vor dem Chaos?	160
11. Wofür lohnt sich eine Auseinandersetzung?	169
12. Generation @: Sicher in der Online-Welt	189
13. Werte, Überzeugungen und gute Entscheidungen	208
14. Kurskorrektur zwischendurch	226
<i>Teil 5: Entspannen:</i>	
<i>Sie können nicht alles unter Kontrolle haben</i>	
15. Entspannung – ein Fremdwort?	247
Anmerkungen	257
Die Autoren	259