

Inhalt

Einführung: Das neue „Kaktus-Buch“	5
--	---

Teil 1: Vier Säulen einer tragfähigen Beziehung

1. Der Schlüssel zum Herzen Ihres Kindes	13
--	----

Teil 2: Hinsehen:

Eine Bestandsaufnahme der Beziehung zu Ihrem Kind

2. Idealer Teenager gesucht	29
3. Beziehung geht vor!	44
4. Mädchen sind Mädchen und Jungs sind Jungs	57
5. Zahnsparngen, Pickel und andere Ärgernisse	69

Teil 3: Begleiten und loslassen:

Vorbereiten auf ein eigenverantwortliches Leben

6. Start in die Teenagerzeit: Das „Teen Prep“-Projekt ...	89
7. Countdown zum Erwachsenwerden	106

Teil 4: Beziehung bauen:

Wie man größere Hindernisse aus dem Weg räumt

8. Laaber 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

Teil 5: Entspannen:

Sie können nicht alles unter Kontrolle haben

15. Entspannung – ein Fremdwort?	247
--	-----

Anmerkungen	257
-------------------	-----

Die Autoren	259
-------------------	-----