

Inhalt

Teil 1:	Vier Säulen einer guten Beziehung	7
Kapitel 1:	Ach ja, damals, als wir noch auf jede Frage eine Antwort hatten . . .	9
Teil 2:	Hinsehen: Eine Bestandsaufnahme der Beziehung zu Ihrem Kind	19
Kapitel 2:	Idealer Teenager gesucht	21
Kapitel 3:	Beziehung geht vor!	36
Teil 3:	Unterscheiden: Wie man größere Hindernisse aus dem Weg räumt	47
Kapitel 4:	Spargelbeine, Pickel und Zahnpangen	49
Kapitel 5:	Laber mich nicht voll!	65
Kapitel 6:	Wenn die Verbindung gestört ist . . .	80
Kapitel 7:	Kapitulation vor dem Chaos?	97
Kapitel 8:	Wofür lohnt sich eine Auseinandersetzung?	115

Teil 4:	Loslassen: Vorbereitung auf die Selbständigkeit	135
Kapitel 9:	Start in die Teenagerzeit: „Projekt Zwölf-Einhalb“	137
Kapitel 10:	Countdown zum Erwachsenwerden	147
Kapitel 11:	Kurskorrektur zwischendurch	167
Teil 5:	Entspannen: Sie können nicht alles unter Kontrolle haben	185
Kapitel 12:	Entspannung – ein Fremdwort?	187
		199
		201