

Inhalt

EINLEITUNG	9
------------------	---

TEIL 1

VERSTEHEN: SPIELE UND SPIELER VERSTEHEN

KAPITEL 1	Warum macht Zocken süchtig? <i>Die Neurochemie des Gaming</i>	25
KAPITEL 2	Was macht die Faszination aus? <i>Im Team zum Sieg</i>	39
KAPITEL 3	Warum Eltern auf Granit beißen: <i>Erziehen im digitalen Zeitalter</i>	55

TEIL 2

REDEN: MIT ZOCKERN INS GESPRÄCH KOMMEN

KAPITEL 4	Der Moment der Einsicht: <i>Veränderungsbereitschaft ausloten</i>	71
KAPITEL 5	Einen Pakt schließen <i>Kooperation statt Konfrontation</i>	85
KAPITEL 6	Grundkurs Kommunikation: <i>Zielführende Gesprächskultur</i>	95
KAPITEL 7	Das Fundament für Grenzen: <i>Tragfähige Alltagsstrukturen</i>	127

TEIL 3

HANDELN: DAS NEUE WISSEN UMSETZEN

KAPITEL 8	Die Bausteine für einen erfolgreichen Plan . . .	141
KAPITEL 9	Den Gamer aktiv einbeziehen	161
KAPITEL 10	Konsequent bleiben bei Widerstand	179

TEIL 4

WAS NOCH MITSPIELT

KAPITEL 11	Psychische Probleme erkennen	213
KAPITEL 12	Herausforderung Nummer 1: <i>Gaming und ADHS</i>	221
KAPITEL 13	Herausforderung Nummer 2: <i>Zocken und Störungen aus dem autistischen Spektrum</i>	233
KAPITEL 14	Herausforderung Nummer 3: <i>Zocken und Depressionen oder Angst</i>	239
KAPITEL 15	Herausforderung Nummer 4: <i>Zocken und Marihuana</i>	253

ANHANG A

So lotsen Sie Ihr Kind durch die Stadien der Veränderung . . .	263
--	-----

ANHANG B

Zeitplan	267
Quellen und Literatur	271
Dank	277
Register	281