

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 1: Das Konzept der Entwicklung	14
Was ist Reife?	14
Die drei Zutaten für ein erfülltes Leben	14
1. Die Kraft der Emergenz	14
2. Die Kraft der Adaption	15
3. Die Kraft der Integration	18
Ebenen der Integration	19
Der Weg zu Emergenz, Adaption und Integration	21
Der Unterschied zwischen Dressur und Reife	22
Zusammenfassung	23
Kapitel 2: Das Konzept der Bindung	24
Was ist mit tiefer Bindung gemeint?	24
Eigenschaften von Bindung	27
Bindung ist polar	28
Bindung ist hierarchisch	29
Bindung macht verletzlich	31
Bindung wächst – Ebenen der Bindung	32
1. Bindung über Körperkontakt	33
2. Bindung über Gleichheit	34
3. Bindung über Loyalität und Zugehörigkeit	35
4. Bindung über Wertschätzung	36
5. Bindung über Liebe	36
6. Bindung über Vertrautheit	38
Bindung verwirklichen	39
Bindung aufbauen durch den Bindungstanz	40
Zusammenfassung	45
Kapitel 3: Das Konzept der Verletzlichkeit	47

Schneck im Haus, komm' heraus, strecke deine Fühler aus	47
Ursachen für chronische Panzerung	50
Panzerung hat drei Gesichter	50
1. Das Betäuben der Gefühle	50
2. Das Ausblenden verletzlicher Wahrnehmungen	52
3. Umkehr des Nähestrebens: Die Bindungsabwehr	53
Zusammenfassung	56
Kapitel 4: Das Konzept der Abhängigkeit	57
Abhängigkeit – ein missverstandener Faktor	57
Wozu das Fremdelt da ist oder	
Der »Böse-Onkel-Schutz«	58
Die Alphaposition	61
Von den Wurzeln zu den Flügeln	62
Angebot größer als Nachfrage	62
Gleichaltrigen-Orientierung	64
Gleichaltrigenorientierung und Schule	65
Zusammenfassung	67
Kapitel 5: Die drei Reaktionen auf Trennung	68
Reaktion 1: Das Alarmsystem	69
Reaktion 2: Der Instinkt des Nähestrebens	70
Reaktion 3: Das Prinzip Frustration	71
Aggression verstehen	74
Zusammenfassung	77
Kapitel 6: Der dreigleisige Neufeld-Ansatz – die Benutzung der Landkarte	78
1. Bindung aufbauen – aber richtig herum!	79
Müssen wir nicht authentisch sein?	80
2. Unreife kompensieren	83
Strukturen, Routineabläufe und Rituale	83

Bindung vor Weisung	84
»Reifes« Verhalten vorgeben	84
Betonen, was funktioniert	86
Stärken stärken statt Mängel bemängeln	86
3. Reifwerdung fördern	87
Gute Absichten wecken.	87
Gemischte Gefühle hervorlocken	88
Vergeblichkeit einsinken lassen	88
Entwicklungsblockaden lösen	91
Zusammenfassung	95
Kapitel 7: Häufige Kindheitsprobleme im Lichte des Neufeld-Ansatzes	97
Unreife als Ursache für Verhaltensprobleme	97
Aggression in jeder Form	99
Richtlinien bei aggressivem Verhalten:	103
Schüchternheit und Scheu	104
Ängste	106
Aufmerksamkeits-Störungen	107
Aufmerksamkeits-Störungen und Verletzlichkeit	108
Aufmerksamkeits-Störungen und Hochsensitivität	110
Ein Wort zu Ritalin	111
Tyrannen und Opfer	111
Ess-Störungen	113
Trotz	114
Geschwisterstreitigkeiten	117
Weinerlichkeit	118
Pubertät	120
Zum Abschluss	124
Erleichterung	124
Schuldgefühle	124
Empörung	125
Danksagungen	127