

Inhalt

Vorwort

9

Die Superhelden

Kinderwelten heute	23
Kindheit als Arbeitsprozess	34
Kindheit unter Beobachtung	44
Vermessene Kindheit	51
Warum sie dennoch super sind	56

Die Supereltern

Elternleben ist Erziehungsleben	60
Das perfekte Ehepaar – das perfekte Elternteam	69
Erziehung im Optimierungswahn	74
Ratgeber, Medienschelte und die Folgen	87

Super – muss das sein?

Familiäre Wirklichkeit heute

Die Familie als Kleinunternehmen	92
Es kann nicht immer friedlich sein: Sollbruchstellen	101
Die digitale Welt und der Teufel	103
Liebe ist nicht unerschöpflich	108

Gesellschaftliche Zwänge

Vom Optimum zum wirklichen Leben	115
Balance unter erschwerten Bedingungen	121
Optimierungswahn und kein Gegengift	128
Normalität und Wahn	130
Superkinder	131

**Statt eines Rezeptbuchs:
Wie Beziehung heute funktionieren kann**

Einleitung oder: Zwischen Erziehung und Beziehung	138
Bedingungslose Liebe?	144
Bedienungsanleitung für: Kein Rezeptbuch	147
Wie alles beginnt	149
Liebe und Respekt I	151
Der genaue Blick	152
Aufmerksamkeit und Lebendigkeit	160
Dranbleiben und Wegschauen	172
Zwischen Fördern und Fordern oder:	
Schutz oder Druck?	179
Selbst- und Fremdbestimmung	188
Kontrolle ist gut, Vertrauen ist besser	196
Das Kreisen der Drohnen	204
Verwahrlosung	208
Begrenzen und Entgrenzen	215
Fürsorge	222
Intimität	231
Kraftquellen	237
Liebe und Respekt II	242

**Nachwort oder:
Das Wildwasserkanu
245**

**Praktische Tipps
265**

**Dank
269**