

# Inhalt

<b>Vorbemerkung der Autoren</b>	<b>7</b>
<b>Kapitel 1 Erziehung mit einem Verständnis des Gehirns</b>	<b>9</b>
<b>Kapitel 2 Zwei Gehirne sind besser als eines</b>	<b>17</b>
1. Strategie für ein integriertes Gehirn: Verbinden und Umleiten	25
2. Strategie für ein integriertes Gehirn: Benennen, um es zu zählen	39
<b>Kapitel 3 Die Treppe des Geistes bauen</b>	
<b>Das obere und untere Gehirn integrieren</b>	<b>53</b>
3. Strategie für ein integriertes Gehirn: Begegnen statt erzürnen	67
4. Strategie für ein integriertes Gehirn: Nutze es oder verliere es	81
5. Strategie für ein integriertes Gehirn: Bewegen statt den Verstand verlieren	85
<b>Kapitel 4 Tötet die Schmetterlinge!</b>	
<b>Die Integration der Erinnerung als Weg     zu Wachstum und Heilung</b>	<b>99</b>
6. Strategie für ein integriertes Gehirn: Die Fernbedienung des Geistes nutzen	110
7. Strategie für ein integriertes Gehirn: Sich an das Erinnern erinnern	119

<b>Kapitel 5</b>	<b>Die vereinigten Zustände des Ich</b>	
	<b>Die vielen Teile des Selbst integrieren</b>	<b>133</b>
8.	Strategie für ein integriertes Gehirn: Die Wolken der Emotionen vorbeiziehen lassen	144
9.	Strategie für ein integriertes Gehirn: Blick nach innen – Auf das achten, was innerlich geschieht	150
10.	Strategie für ein integriertes Gehirn: Blick nach innen – Auf das achten, was innerlich geschieht	165
<b>Kapitel 6</b>	<b>Die Ich-Wir-Verbindung</b>	
	<b>Das Selbst und andere Menschen integrieren</b>	<b>177</b>
11.	Strategie für ein integriertes Gehirn: Steigern Sie den Freedefaktor in der Familie – Wie wir dafür sorgen, dass <i>wir die gemeinsame Zeit genießen</i>	193
12.	Strategie für ein integriertes Gehirn: Verbinden durch Konflikt – Wie wir Kinder lehren, bei Meinungsverschiedenheiten das „Wir“ zu berücksichtigen	202
	<b>Schlussbemerkung</b>	
	<b>Das Gelernte integrieren</b>	<b>219</b>
	<b>Dank</b>	<b>223</b>
	<b>Über die Autoren</b>	<b>225</b>