

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung	1
2	Unterstützung der Eltern	5
2.1	Überfürsorge kann depressiv machen	6
2.2	Kleine Dinge machen uns verrückter als große	8
2.3	Bedeutsamkeit – Das große Ganze im Blick behalten	8
2.4	Es lohnt, die Kinder auf Prio 1 zu setzen	10
2.5	Verschriftlichung von Sorgen und Ängsten	12
3	Unterstützung bei der Erziehung im Privaten	15
3.1	Von Glucken, Rabenmüttern und dem Neinsagen	15
3.2	Hausarbeit ja, aber bitte gemeinsam	16
3.3	Warum Geschwister so verschieden sind – und das auch gut ist	17
3.4	Harte verbale Disziplin ist abträglich – positiv und verbindlich	18
3.5	Fernsehen macht blöd	20
4	Positive Parenting	23
4.1	Richtig loben	25
4.2	Werden glückliche Kinder zu glücklichen Erwachsenen?	28
4.3	Die Rolle des Vorbilds	30
5	Unterstützung in der Schule: Fragen, Fehlerkultur und Fatales	33
5.1	Stärken stärken und beidseitiger Einsatz	38
5.2	Berührende Fakten	39

6 Ein verständnisvoller Abschluss	41
Literatur	45