

Vorwort: Mehr Annika als Pippi Langstrumpf 9

Erster Teil. Das introvertierte Kind

Ein fast normales Kind	17
Stillere Kinder in unserer heutigen Gesellschaft	39
Freunde, Familie und ein paar Buchtipps	61
Das introvertierte Kind in Kindergarten und Schule	83
Das introvertierte Kind und seine Interessen	117
Was wird aus meinem Kind?	129

Zweiter Teil. Für introvertierte Eltern

Mein Kind und ich – so verliebt und so genervt	155
Bedürfnisse und Grenzen introvertierter Eltern	164
Hilfreiche Routinen	170
Den Familienalltag gut bewältigen	185
Noch mehr Tipps, um Ressourcen zu sparen	198

Was ich an der Zeit allein so liebe	209
Fremde Kinder, ihre Eltern – und ich	216
Nachwort: Keine Elsa – und trotzdem geliebt	234
Danke	236
Quellen	238