

# Inhalt

## Einleitung 11

### EINS

#### Warum es immer noch keine Gerechtigkeit gibt 31

Ein diffuses Gefühl des Unwohlseins ... 35

... und die darunterliegenden Schichten 38

Wie Kinder - besonders Mädchen - diskriminiert werden 41

Wie Mädchen vom androzentrischen Weltbild  
geprägt werden 48

Familie im Patriarchat 54

Erziehung und Bildung im Patriarchat 67

Wie verschieden sind sie denn nun? 72

Rechte von Frauen und Mädchen 83

Formen der Gewalt gegenüber Mädchen und  
Frauen heute 89

Muss ich Feminist\*in sein, um Mädchen heute gut  
zu begleiten? 92

## **ZWEI**

### **Was wir unseren Töchtern mitgeben 97**

Die Angst der Mütter 99

Die Eltern-Kind-Bindung 107

Wie sich die Probleme unserer eigenen Erziehung auf die Bindung zu unserem Kind auswirken 115

Kreisläufe durchbrechen 128

Unsere (Groß-)Mütter, die den Krieg erlebten, und die Traumafolgen bis heute 129

Meine schwierige Mutter 139

Bindung und Partnerschaften 156

Die Veränderung der Perspektive auf unsere Mütter 158

Wir sind die, die eben immer da sind 160

Mutter ist zuständig - der Mythos um die Mutterbindung 163

Wir sind nicht allein verantwortlich 167

Das ewige Zeitproblem 171

Den eigenen Verletzungen auf der Spur 175

Verzeihen? Muss ich das? 181

Neue Werte für neue Mütter 183

## **DREI**

### **Väter, Töchter, Brüder, Söhne 189**

Wie die Partnerschaft der Eltern prägt 191

Getrennte Eltern 197

Warum wir auch »New Dads« brauchen 201

Sich als feministische Mutter in der Familie positionieren 207

Geschwisterrivalität und Nischenbesetzung 211

Söhne erziehen 214

## **VIER**

### **Wie wir Mädchen heute stärken 219**

Die Entwicklung deiner Tochter entspannt begleiten **221**

Resilienz, Selbstwertgefühl und Widerspruchsrecht  
vermitteln **240**

Körper, Sex und Zärtlichkeit - ein neues Selbstbewusstsein  
für eine neue Generation **250**

Beziehungskompetenz, Liebe und Liebeskummer **267**

Auch das Online-Leben ist Leben **272**

Es geht um Bildung **279**

### **Lass uns die Rebellion beginnen 285**

### **Begriffe, die New Moms und Dads heute kennen sollten 289**

Anmerkungen **299**

Danke **315**

Ausgewählte Literatur **317**