

Inhalt

| | |
|--|-----|
| Liebe Mutter, lieber Vater, | 7 |
| Kinder bedingungslos lieben | 11 |
| Wenn Kinder in alten Wunden wühlen | 19 |
| Wut, Angst und Trauer haben keinen Ausschaltknopf ... | 37 |
| Eine Liebeserklärung an die Wut | 43 |
| Achtung: versteckte Wutverstärker! | 47 |
| Mein Kind tickt aus: Was kann ich tun? | 57 |
| »Du gehst jetzt raus, bis du dich wieder beruhigt hast!« – wie sinnvoll sind Auszeiten? | 63 |
| »Und wo bleiben Grenzen, Regeln und Respekt?« | 69 |
| Peinlich, peinlich: Wenn uns die Scham überrollt | 103 |
| Ängste: Was wirklich hilft | 115 |
| Du bist mehr als deine Leistung | 123 |
| »Ich mache mir doch nur Sorgen um dich!« | 133 |
| Umgang mit Stress und Sorgen: eine Frage des persönlichen Stils? | 147 |
| »Mein Kind ist anders – wie gehe ich damit um?« | 153 |
| Wie begleiten wir Kinder durch die Trauer? | 159 |
| Wenn Eltern sich trennen | 165 |

| | |
|--|---------|
| Druck, Frust und schlechte Noten: Was dein Kind von dir braucht, wenn es in der Schule schwierig wird | 169 |
| Aus Fehlern wird man klug? | 185 |
| Von fehlerschnüffeln den Nasenbären, Motzkühen und Hibbelhunden | 191 |
| Herausfordernde Zeiten als Familie meistern | 197 |
| Auch deine Bedürfnisse zählen! | 205 |
| Was sich unsere Kinder von uns wünschen | 233 |
| Literatur | 239 |
| Der Illustrator | 249 |