

INHALT

Keine Angst vor der Grundschulzeit	8
Schule ist mehr als der Lehrplan	10
Beziehungsstärke statt Patentlösungen	11
Bewältigungskraft statt Patentlösungen	12
Elternangst und Kinderangst	12
Fünf große Ziele für die Grundschulzeit	13
Schulreife	16
Kann-Kind	16
Muss-Kind	18
Keine Angst vor deiner neuen Elternrolle	20
Deine neue Aufgabe	22
Eure neue Beziehung	23
Mehr Loslassen	24
Mehr Platz für dein Kind	26
Mehr Reden	27
Weiter im Miteinander	29
Mehr Platz für dich	34
Keine Angst vor der Einschulung	38
Abschied und Vorfreude	40
Schüchternheit: „Ich will im Kindergarten bleiben!“	43
Echte Ängste vor der Einschulung	45
Fremde Menschen an neuem Ort	48
Anfangszeit	50
Ängstlichkeit: „Ich will da nicht hin!“	52
Hochsensibilität: „Mir ist alles zu viel!“	54
Autonomie: „Ich mag aber keine Regeln!“	55

Keine Angst vor deinem reifen Schulkind	58
Neues Selbstbild	59
Mehr Selbstliebe	59
Ein zu positives Selbstbild	63
Ein zu negatives Selbstbild	65
Mehr Wissen durch Vergleiche	67
Stärkere Orientierung an Geschlechterrollen	71
Neues Denken	72
Mehr Mitdenken und Wissen	73
Mehr Themen	75
Hochbegabung: „Das ist mir alles zu einfach!“	77
Neue Gefühle	79
Mehr Raum für Gefühle	80
Wut: „Ich hab‘ schon wieder einen Eintrag bekommen!“	83
Überforderung und Scham: „Ich schaff‘ das nie und bin peinlich!“ ..	87
Stolz: „Ich bin so super!“	89
Eifersucht: „Alle sind toller als ich!“	90
Angst vor Noten: „Was ist denn, wenn es wieder eine 4 ist?“	92
Angst vor Vorträgen: „Ich mag nicht reden, wenn mich alle angucken!“	94
Angst vor Klassenfahrten: „Ich mag nicht ohne dich verreisen!“	95
Angst vor Trennung oder vorm Schulweg: „Ich geh da nicht alleine hin!“	97
Neues Körpergefühl	99
Mehr Bewegung	99
Mehr Interesse am Aussehen, an Ernährung – und an Hygiene?	101
Gewicht: „Die Hose passt nicht mehr!“	104
Ernährung: „Das soll ich probieren?“	107
Toilettenhygiene: „Ich hab‘ in die Hose gemacht!“	108

Kopf- oder Bauchschmerzen: „Aua!“	109
Aufklärung: „Stimmt das mit dem Penis?“	111
Sexualität: „Ich fasse mich an!“	113
Einschlafen: „Ich mag nicht ins Bett!“	114
Durchschlafen: „Ich liege immer wach!“	115
Neue Gesprächsführung	117
Mehr Streit	117
Schimpfwörter: „Du Arschkuh mama!“	120
Mehr Schweigen	122
Gesprächszeiten: „Ich mag nicht mit dir darüber reden!“	124
Neues Weltbild	125
Mehr Meinung	126
Mehr Moralvorstellungen	128
Mehr gesellschaftliches Bewusstsein: „Aber wir müssen doch die Umwelt retten!“	131
 Keine Angst vorm neuen Alltag	132
Neue Eigenständigkeit	132
Mehr Eigenverantwortung	133
Eigene Grenzen: „Nein!“	134
Rückzug: „Lass mich in Ruhe!“	136
Geheimnisse: „Ich erzähle das nicht!“	137
Alleinbleiben: „Ich mag nicht mitkommen!“	139
Digitale Medien: „Ich will ein Handy!“	140
Neue Bewertungen	143
Mehr Kritik	143
Fehler: „Alles ist rot angestrichen!“	147
Hassfächer: „Ich komme mit Mathe nicht klar!“	150
Sitzenbleiben: „Ich hab's nicht geschafft!“	150

Neue Rechte und Pflichten	152
Mehr Möglichkeiten	152
Mehr Pflichten	154
Mehr Verantwortung	157
Lernunlust: „Schule und Hausaufgaben sind so langweilig!“	163
Leseunlust: „Das Buch ist doof!“	167
Konzentration: „Und dann fällt mir immer was anderes ein!“	168
Selbstorganisation: „Wo ist mein Geodreieck?“	171
Lernlücken: „Ich bin so oft krank!“	172
Neue Menschen	173
Mehr Kinder	174
Mehr Konflikte	176
Mehr Albernheiten	177
Mobbing und Cybermobbing: „Die sind so gemein zu mir!“	179
Ärger mit Älteren: „Ich bin doch gar kein Baby mehr!“	181
Konflikte und Aggressionen: „Der hat mich beleidigt und dann hab' ich halt gehauen!“	182
Alleinsein: „Keiner spielt mit mir!“	185
Mehr Bezugspersonen	186
Neue Wege und Orte	190
Mehr Freiheit und neue Erfahrungsräume	190
Unsicherheit: „Ich möchte bei Zoe schlafen – aber ich traue mich nicht!“	194
Neue (Frei-)Zeiten	195
Mehr Stress	195
Unpünktlichkeit: „Ich habe keine Ahnung, wie spät es ist!“	198
Mehr Spaß	202

Keine Angst vor Krisen	205
Elterntrennung: „Ich bin ein Trennungskind!“	205
Möglicher Schulwechsel: „Ich fühle mich hier nicht wohl!“	208
Zwingender Schulwechsel: „Hilfe, wir ziehen um!“	209
AD(H)S: „Ich kann einfach nicht bei der einen Sache bleiben!“	210
Lese- und Rechtschreibschwäche: „Ich kann mir nicht merken, wie ich das schreiben soll!“	212
Weiterführende Schulen: „Wo soll ich denn hin?“	213
Vorpubertät: „Ich bin einfach cooler als ihr!“	215
Nachwort	217
Danksagung	219
Hilfreiche Bücher	220
Bücher über kindliche Entwicklung:	220
Bücher über die erzieherische Haltung	220
Bücher über bessere Beziehungen zum Kind	220
Bücher über herausfordernde Themen	221