

Kids.doc – Bitte recht kindisch	6
» Mehr Wissen für Eltern von größeren Kindern	7
In den Mund, in den Bauch – und raus ...	8
Das Geheimnis guter Kinderkost	10
» Gesunde Ernährung für Kinder? Geht das?	11
» Aufessen um jeden Preis?	15
» Kochlöffel-Special: Was für ein Ess-Typ ist dein Kind?	23
Nahrungsmittel – unverträglich oder doch allergisch?	28
» Was genau ist eine Allergie, was eine Intoleranz?	28
Darmprobleme: Darüber spricht man nicht?	37
» Geht es ganz normal zu Potte?	38
» Nix geht mehr – Verstopfung	39
» Dünner Pfiff – akuter oder chronischer Durchfall?	43
Voller Körpereinsatz: Entwicklung und Wachstum	48
Läufte mit der Bewegung?	50
» Vom Zappeln zum coolen Freestyle: Motorik lernen	51
» Guck mal, mach mal – Bewegung und Wahrnehmung	62
Mehr als nur tollpatschig – motorische Entwicklungsstörung	69
Jeden Tag ein Stück größer	72
» Schmerzen können auch ein Warnsignal sein	75
» Riese und Däumling – zu kleine und zu große Kinder	76
Noch nicht trocken? Na und?	78
Seelische Sorgen, große Gefühle und guter Trost	82
Große Last für Kinderseelen	84
» Gefühle leben und lernen	85
Wer bist du? Und welcher Begriff passt zu dir?	92
» Wie auf einem fremden Planeten – Neurodiversität	95
Trost schenken	106
» Mit Kindern über den Tod sprechen	110
Schlummerkummer	113
» Brauchen große Kinder noch einen Mittagsschlaf?	114
» Einschlafbegleitung ist wichtig	115

Ängste – bitte ernst nehmen	119
Wenn die Seele Streicheleinheiten braucht ...	121
Missbrauch: Prävention statt Tabuisierung	123
» Aufklärung und Vertrauen ist Prävention	124
» Selbstbewusstes Neinsagen fördern	127
» Warnzeichen erkennen	128
Miteinander Alltag leben	130
Erziehung – es wird anders	132
Das ist mein Körper – und wie wird er sauber?	133
» Feine Pflege für große Kinder	135
» Der erste Wackelzahn – und jetzt?	138
Erziehung gibt Orientierung	141
» Bestrafungsfreie Zone: Wege zum friedlichen Miteinander	143
Zoffen, Zocken und Sockenrätsel – Alltagsprobleme	151
» Als Elternteil bleibende Erinnerungen schaffen	152
» Des Kindes neue Kleider – Styling für Fortgeschrittene	156
» Mein Kind und die digitale Welt	157
Geschwisterzoff: Konfliktmanagement für Fortgeschrittene	164
Hurra: ein Kitakind	166
Kita – alles ganz neu	168
» Eingewöhnungszeit – Loslassen und Ankommen	169
Der Kita-Alltag ist ein Kinderspiel	176
» Ständig krank! Hört das auch wieder auf?	178
» Mein Kind und die anderen	180
» Muss das so? Sorgen und Probleme	182
Zauber der Worte – Sprachentwicklung	189
» Sprachfehler und Sprachentwicklungsstörung	190
Zahnlücken und Übergänge – die Vorschulzeit	191
» Wackelzahnpubertät: Gibt es die eigentlich?	193
Schulreife und Schulbereitschaft	194
Große kleine Schulkinder	200
Herausforderung Grundschule	202
» Vom Sandkasten zum Schulhof	202
» Schultüte für Wackelzahntiger – die Schule geht los	203

» Lernen ist wachsen – und wie lernt man das?	205
» Kummer und Schulstress	212
» Immer selbstständiger werden lassen – mit Sicherheit	220
Next Level: Hallo, Vorpubertät!	222
Kinder im Übergang – nicht Fisch, nicht Fleisch	224
» Offen und ehrlich – körperliche Veränderungen	226
» Vom Mädchen zur Frau	228
» Vom Jungen zum Mann	231
Kids.Doc-Wissen	234
Unterstützung für kleine Kranke	236
» Ab zum Arzt oder zu Hause behandeln?	236
Gesund bleiben, Immunsystem stärken	239
» Immunsystem durch Vitamine unterstützen?	239
» Kleiner Pils mit großer Wirkung: die Impfung	240
Die häufigsten Kinderkrankheiten	242
» Drei-Tage-Fieber	242
» Fieberkrampf	243
» Erkältung (grippaler Infekt)	244
» Grippe (Influenza)	245
» Hand-Mund-Fuß-Krankheit	246
» Magen-Darm-Infektion	246
» Scharlach	247
» Pseudokrupp	248
» Keine Kinderkrankheiten, aber lästige Begleiter	249
Heile mit Weile – das kranke Kind zu Hause	253
Gut gewappnet – Von Pflaster bis Zaubertrank	255
» Hausmittel	256
» Was tun im Notfall?	257
» Kindliche Knochenbrüche	261
» Von wegen Dickschädel – die Gehirnerschütterung	263
» Verbrennung und Verbrühung	264
Anhang	266
Dank 266, Quellen 267, Buchtipps 267,	
Hilfreiche Internetadressen 268, Register 269,	
Impressum 272	