

# Inhaltsverzeichnis

<b>1</b>	<b>Kennen Sie das? .....</b>	<b>9</b>
<b>2</b>	<b>Woran erkenne ich eine Störung der Emotionsregulation? .....</b>	<b>11</b>
<b>3</b>	<b>Wie kann ich eine Störung der Emotionsregulation von anderen psychischen Störungen abgrenzen und welche Schwierigkeiten treten gehäuft zusätzlich auf? .....</b>	<b>16</b>
<b>4</b>	<b>Wie verläuft die weitere Entwicklung? .....</b>	<b>19</b>
<b>5</b>	<b>Was sind die Ursachen? .....</b>	<b>20</b>
<b>6</b>	<b>Was können Kinder und Jugendliche selbst tun? .....</b>	<b>21</b>
<b>7</b>	<b>Was können Eltern tun? .....</b>	<b>39</b>
<b>8</b>	<b>Was können Lehrkräfte und Erzieher tun? .....</b>	<b>48</b>
<b>9</b>	<b>Wie können Psychotherapeuten helfen? .....</b>	<b>50</b>
<b>Anhang</b>		
	Literaturempfehlungen .....	51
	Selbstbeobachtungsbogen für Eltern und Bezugspersonen .....	52
	Tagebuchkarte zum Auftreten von Problemverhalten und belastenden Gefühlen .....	53