

Inhalt

Die besten Eltern der Welt	9
Wo wir herkommen	17
Frühe Prägungen	17
Glaubenssätze aufspüren und erkennen	19
Den eigenen Nordstern finden	26
Werte, die fürs Leben tragen	28
Was wir mitbringen	36
Von Steinzeitkindern und Klosterschülern	40
Wo wir stehen	57
Die Wissenschaft hat festgestellt ...	57
Im Hier und Jetzt – und in der Zukunft	69
Nicht weniger Mensch	78
Endlich unperfekt	95
Großwerden ohne Gewalt	103
Kooperation statt Gehorsam	126
Wie Familie gelingen kann	137
Attachment Parenting – was spricht dafür, was dagegen?	137
Bindung als Schlüssel	148
Bedürfnisse als Richtschnur	159
Liebevoller Wegbegleiter	177
Reden, fragen und verstehen	182

Einfach ehrlich sein	207
Respektvolles Miteinander, ganz konkret	211
Selbstbestimmung, Fremdbestimmung: Wer führt?	222
Regeln, Grenzen, Konsequenzen	249
Eltern unter Druck	310
Gut genug ist gut genug	343
Wir und der Rest der Welt	364
Die ganz große Freiheit	385
Anhang	387
Statt einer Danksagung	391
Mein Familienkompass – Deine Kreativwerkstatt zum Buch	397