

INHALT

VORWORT VON STEFANIE STAHL	9
EINLEITUNG	11
1 SONNENKIND	14
Sonnenkinder – eine Einordnung in bestehende Modelle.	22
Das Sonnenkind als Archetyp.	25
Das Sonnenkind – ein Persönlichkeitstyp?	29
Das Sonnenkind und Teile unserer Persönlichkeit.	36
Das Sonnenkind und der Körper (Embodiment)	42
Das Sonnenkind und unsere Entwicklung	46
Sonnenkinder an die Macht?	58
Sonnenkind auf Abwegen.	62
Von Sonnenkind zu Sonnenkind	68
2 SONNENKIND-EXPEDITION	78
Ausflug ins Sonnenkindland.	82
Sonnige Erinnerungen.	85
Sonnendialog	91
3 DAS SONNENKIND INS LEBEN HOLEN	
PRAKTISCHE ANREGUNGEN	94
Son-nen-schein	98
Sorgen kicken	100
Spieglein, Spieglein an der Wand.	103
Powackeln	105
Krickelkrakel	106
Lachen.	108
Keine Macht der Drachenliga.	112

Modelling	114
Schenken	117
Kinderbücher wiederentdecken	120
Sich verkleiden	122
Zitteraal	124
Malen	126
Schaukeln	129
»Hmmm« und »Aah«	130
Schatzsuche	133
Mit den Fingern essen	136
Wenn ich der Bestimmer wäre	137
Zaubern	140
Unter dem Tisch	141
Schulterrubbeln und Rückenkrabbeln	144
Übung macht den Meister	146
Blinde Kuh	148
Let the sun shine in	150
Ein Freund, ein guter Freund	152
Ermutigung	155
The rain has gone	157
Hüpfen	159
Inneren Impulsen folgen	161
Äußeren Impulsen folgen	163
Trommeln	164
Erst das Vergnügen	167
Tanzen	168
Vorfreude	171
Drehen	173
»Bäh!«	174
Lieblingssessen	177
Willkommen im Club	178
Springen	180

Grenzenlos essen	182
Trotzkopf	184
Träumerle.	186
Bemuttern	188
Auf der Jagd nach dem Kindheitsduft	190
Singen	192
Das erste Mal	194
Alltagskunst	197
Dichten und reimen.	199
Namen verballhornen	201
Ich grüße das Sonnenkind in dir	203
Mit Kindern spielen	205
Weicher Bauch	207
Mannschaftssport	209
Ich mag mich	210
Züngeln	212
Ausflug in die Kindheit	215
Im Moment	216
Storytelling	218
Geschichten sammeln	221
Frühling, Sommer, Herbst und Winter.	223
Make it fun and it will get done	225
Um die Wette	227
Kindheitskuchen backen	229
Witze erzählen	230
Unter uns	232
Eine Kinder-Kulturtechnik weitergeben	234
Nickerchen.	236
Streiche spielen	238
Benamsung.	240
Durchgemendelt	242
»Es war einmal ein Sonnenkind ...«	245

Langeweile	247
Wärme	248
Schatzkiste	250
Kinderglaube	252
Sachgeschichten	254
Staunen	255
Kämpfchen	258
Plantschen	260
Spiel mit Zahlen	262
Sonnenkind-Credo	264

4 NAHRUNG FÜR DAS SONNENKIND **268**

Sonnenkind-Bücher für Kleine und Große	269
Sonnenkind-Spiele	270
Sonnenkind-Filme	272
Sonnenkind-Musik	274

Besuche das Sonnenkind im Internet	277
---	------------

ANHANG **278** |

Literatur	279
Anmerkungen	293
Register	299