

INHALT

- Quiz: Wie gut kennen Sie das Gehirn Ihres Kindes? 11
Einführung: Das Gehirn, das sich selbst konstruiert 15

Teil I: Lernen Sie das Gehirn Ihres Kindes kennen

- 1. KAPITEL: Die fünf verborgenen Talente Ihres Babys 22**
ALTER: GEBURT UND ERSTES LEBENSJAHR
Mythos: Wenn etwas schiefgeht, ist Mami schuld 26
- 2. KAPITEL: Am Anfang: Pränatale Entwicklung 30**
ALTER: BEFRUCHTUNG BIS GEBURT
Praktischer Tipp: Je weniger Stress, desto weniger Probleme 37
Praktischer Tipp: Esst Fisch während der Schwangerschaft 42
- 3. KAPITEL: Baby, du bist zum Lernen geboren 47**
ALTER: GEBURT BIS ZWEI JAHRE
Mythos: Stillen steigert die Intelligenz 49
Praktischer Tipp: Anleitung kann die motorische Entwicklung beschleunigen 51
- 4. KAPITEL: Jenseits von Veranlagung und Prägung 56**
ALTER: BEFRUCHTUNG BIS BERUF
Fußspuren im Genom 58
Kultur kann Evolution fördern 61

Teil II: Eine Phase durchlaufen

- 5. KAPITEL: Einmal und nie wieder: Sensible Phasen 66**
ALTER: GEBURT BIS FÜNFZEHN JAHRE
Hirnnahrung 70
Die Grenzen der Plastizität 73

- 6. Kapitel: Geborene Sprachexperten 75**
ALTER: GEBURT BIS ACHT JAHRE
Praktischer Tipp: Fremdsprachen möglichst früh unterrichten 80
- 7. Kapitel: Wunderbare Träumer 83**
ALTER: GEBURT BIS NEUN JAHRE
Praktischer Tipp: Wie man Babys am besten ins Bett bringt 87
Wovon Kinder träumen 89
- 8. Kapitel: Es ist ein Mädchen! Über Geschlechterunterschiede 92**
ALTER: GEBURT BIS ACHTZEHN JAHRE
Praktischer Tipp: Erweitern Sie die Fähigkeiten Ihres Kindes 98
- 9. Kapitel: Adoleszenz: Sex ist nicht alles 105**
ALTER: ZWÖLF BIS ZWANZIG JAHRE
Mythos: Heranwachsende haben einen längeren
Tag-Nacht-Zyklus 110

Teil III: Die Welt der Sinne

- 10. Kapitel: Sehen lernen 116**
ALTER: GEBURT BIS FÜNF JAHRE
Praktischer Tipp: Im Freien spielen verbessert die Sehkraft 118
Spekulation: Moderne Lebensweise verändert unser Gehirn 123
- 11. Kapitel: Hören und Berühren – erste Kontaktaufnahme 126**
ALTER: LETZTES SCHWANGERSCHAFTSDRITTEL BIS ZWEI JAHRE
Praktischer Tipp: Schützen Sie Ihr Kind vor Lärm,
schon vor der Geburt 130
Die Neurobiologie der Zärtlichkeit 134
- 12. Kapitel: Nachtisch zuerst: Über Geschmack lässt sich streiten 135**
ALTER: ZWEITES SCHWANGERSCHAFTSDRITTEL BIS
ZWEI JAHRE
Praktischer Tipp: Wie Sie Ihr Kind dazu bringen, Spinat zu essen 139
Praktischer Tipp: Sorgen um das Gewicht des Kindes? 144

Teil IV: Der Ernst des Spiels

- 13. Kapitel: Das beste Geschenk, das Sie machen können: Erziehung zur Selbstkontrolle 150**
ALTER: ZWEI BIS SIEBEN JAHRE
Praktischer Tipp: Imaginäre Freunde, reale Fähigkeiten 155
Praktischer Tipp: Das Lernen von zwei Sprachen fördert die kognitive Kontrolle 157
- 14. Kapitel: Sein Leben lang spielen 160**
ALTER: ZWEI BIS ACHTZEHN JAHRE
Spiel im Erwachsenenleben 163
- 15. Kapitel: Bewegung ist das A und O 171**
ALTER: VIER BIS ACHTZEHN JAHRE
Praktischer Tipp: Schützen Sie Ihr Kind vor Kopfverletzungen 174
- 16. Kapitel: Elektronische Unterhaltung und der Mythos Multitasking 178**
ALTER: GEBURT BIS ACHTZEHN JAHRE
Spekulation: Beeinträchtigt die Nutzung des Internets die Empathie? 180
Praktischer Tipp: Babyvideos schaden mehr, als sie nutzen 183

Teil V: Das Kind – ein Individuum

- 17. Kapitel: Nett, Sie kennenzulernen: Temperament 188**
ALTER: GEBURT BIS IN DIE ZWANZIGER
Wieso man wie die eigene Mutter wird 192
Mythos: Geburtsordnung prägt die Persönlichkeit 194
- 18. Kapitel: Ein Ritt auf dem emotionalen Vulkan 198**
ALTER: GEBURT BIS ANFANG ZWANZIG
Mythos: Die rechte Gehirnhälfte ist die emotionale Hemisphäre 201
Selbstkontrolle fördert Empathie 203

19. Kapitel: Empathie und Theory of Mind 207

ALTER: EIN BIS FÜNF JAHRE

Ältere Geschwister beschleunigen die Mentalisierung 210

Nachahmung im Gehirn 212

20. Kapitel: Spiel mit anderen 215

ALTER: GEBURT BIS ANFANG ZWANZIG

Klischees und Sozialisation 219

Praktischer Tipp: Gewissen fördern 223

Teil VI: Das kindliche Gehirn in der Schule

21. Kapitel: Die eigene Lebensgeschichte schreiben 228

ALTER: ZWEI BIS ACHTZEHN JAHRE

Praktischer Tipp: Die besten Lernmethoden 232

Babys vergessen schneller 234

22. Kapitel: Probleme lösen lernen 237

ALTER: ZWEI BIS ACHTZEHN JAHRE

Praktischer Tipp: Soziale Ablehnung verringert IQ 239

23. Kapitel: Da oben spielt die Musik 246

ALTER: GEBURT BIS NEUN JAHRE

Mythos: Der Mozart-Effekt 248

Praktischer Tipp: Die Vorzüge von Musik und Theater 251

24. Kapitel: Abstraktes Denken: Die Welt der Zahlen 255

ALTER: GEBURT BIS ANFANG ZWANZIG

Praktischer Tipp: Klischees und Testergebnisse 259

25. Kapitel: Die vielen Wege zum Lesen 263

ALTER: VIER BIS ZWÖLF JAHRE

Praktischer Tipp: Zu Hause lesen 267

Die Ursachen von Legasthenie 268

Teil VII: Stolpersteine auf dem Weg

- 26. Kapitel: Halt durch, Baby: Stress und Belastbarkeit 274**
ALTER: LETZTES SCHWANGERSCHAFTSDRITTEL BIS
ACHTZEHN JAHRE
Praktischer Tipp: Löwenzahn- und Orchideenkinder 283
- 27. Kapitel: Geistesblindheit: Autismus 285**
ALTER: EIN BIS VIER JAHRE
Spekulation: Sind wilde Kinder autistisch? 287
Praktischer Tipp: Verhaltenstherapie hilft, wenn sie früh
begonnen wird 292
- 28. Kapitel: Alte Gene treffen neue Welt: ADHS 297**
ALTER: ACHT BIS ACHTZEHN JAHRE
Praktischer Tipp: Nichtvertrauenswürdige Behandlungsmethoden
erkennen 301
- 29. Kapitel: Jeden Tag eine gute Tat: Verhaltensveränderung 305**
ALTER: EIN JAHR BIS ZWÖLF JAHRE
Praktischer Tipp: Gutes schmackhaft machen 309
Mythos: Lob stärkt die Selbstachtung 311
- 30. Kapitel: Ein schwieriges Terrain: In Armut aufwachsen 314**
ALTER: BEFRUCHTUNG BIS ACHTZEHN JAHRE
Epidemiologie ist schwer zu deuten 321
- Glossar 325
Quellen 333
Auflösungen 345
Bildnachweis 345
Bibliographie 346
Register 363