

Inhalt

Vorwort	7
Einleitung	II
Klopfen – was ist das denn?	II
Klopfen mit Kindern	13
1. Was tun, wenn einen das Schreibaby um den Verstand bringt?	19
Selbstakzeptanz und Klopfpunkte	22
Klopfen gegen das schlechte Gewissen	35
2. Wie wir der Problemlösung oft im Wege stehen.	45
3. Ab jetzt haben wir nur noch Ziele	57
4. Mein Kind hat Angst vor allem und jedem	63
Angst vor Albträumen	80
Angst vor dem Einnässen	82
Angst vor Alltäglichem	86
Angst vor dem Arztbesuch	89
Angst vor Insekten	92
5. Abschiedsschmerz und körperlicher Schmerz	97
6. Die anderen lassen mich nie mitspielen	105
7. Mobbing in der Schule	109
8. Schlechte Noten – was tun?	117
9. Hilfe, mein Kind hat ADHS!	127

10. Geschwisterstreit gehört dazu	139
11. Ich bin gut so, wie ich bin!	145
Anhang	149
Hinweise zur Verdünnungstechnik	149
Lösungsblockaden: die »Big Five«	150
Arbeitsblatt 1: Selbstakzeptanz bei Selbstvorwürfen	154
Arbeitsblatt 2: Selbstakzeptanz bei Vorwürfen anderen gegenüber	155
Literatur	157
Über die Autoren	158