

# Inhalt

<b>Vorwort von Jesper Juul</b>	
9	
<b>Vorwort von Kronprinzessin Mary von Dänemark</b>	
11	
<b>Herzlich willkommen!</b> Über kluge Kinder und das, was Erwachsene lernen können	
12	
<b>Was sind Ängste und Depressionen?</b> Wie fühlt sich das an? Wie sieht es aus?	
14	
<b>Unruhe im Gehirn</b> Wie kann man das nennen?	
18	
<b>Es ist niemals die Schuld der Kinder!</b> Psychische Leiden haben viele Ursachen	
20	
<b>Traumata und Posttraumatische Belastungsstörung</b>	
24	
<b>Alkohol und andere Drogen</b>	
28	
<b>Das Gehirn ist wie ein Computer</b> Körper und Psyche gehören zusammen	
30	
<b>Wenn Mama oder Papa psychische Probleme haben</b> Viele Kinder im selben Boot, mit und ohne Signale	
34	
<b>Wechselnde Laune</b> Sie ist unvorhersehbar – was stimmt da nicht?	
36	
<b>Kinder können alle Gefühle haben</b> Wenn die Erwachsenen streiten, tut es im Herzen weh	
40	
<b>So wird man gesund</b> Und so bleibt man gesund	
44	
<b>Enger Kontakt und gute Gespräche</b> Finden in Dur und in Moll statt	
48	
<b>Ansteckung, Zugehörigkeit und gute Grenzen</b>	
56	
<b>Verschiedene Ideen, innere Ruhe und ein Lächeln</b>	
58	
<b>Nachwort von Karen Glistrup</b>	
64	
<b>Über die Autorin</b>	
65	