

Elaine N. Aron

Das hochsensible Kind

*Wie Sie auf die besonderen Schwächen und
Bedürfnisse Ihres Kindes eingehen*

Deutsch von Ursula Bischoff und Sabine Schilasky

mvg Verlag

Inhalt

Danksagung der Autorin	7
Einleitung.....	11
Ist Ihr Kind hochsensibel? Ein Fragebogen für Eltern	17
Teil I: Das hochsensible Kind – eine erste Annäherung	19
Kapitel 1: Sensibilität: Ein besserer Leumund für „schüchterne“ und „nervöse“ Kinder.....	21
Kapitel 2: Los geht’s: Die Herausforderungen bei der Erziehung eines außergewöhnlichen Kindes.....	70
Kapitel 3: Wenn Sie als Elternteil nicht hochsensibel sind: Was für ein Segen!.....	112
Kapitel 4: Wenn Sie und Ihr Kind hochsensibel sind: Was ist mit dem Rest der Familie?.....	142
Kapitel 5: Die vier Schlüssel zur Erziehung eines fröhlichen HSK: Selbstachtung, Verminderung des Schamgefühls, sinnvolle Disziplin und das Wissen, wie man sich über Sensibilität unterhält	175
Teil II: Vom Säugling zum jungen Erwachsenen.....	231
Kapitel 6: Der richtige Start: Beruhigung von und Einstimmung auf hochsensible Säuglinge.....	233
Kapitel 7: Kleinkinder und Vorschulkinder zu Hause: Anpassung an die Veränderungen und Bewältigung der Überstimulation	269
Kapitel 8: Kleinkinder und Vorschulkinder in der großen weiten Welt: Wie Sie Ihrem Kind helfen, neue Situationen zu meistern.....	310

Kapitel 9: HSK im Schulalter zu Hause:	
Probleme lösen	343
Kapitel 10: HSK im Schulalter in der großen weiten Welt: Wie Sie Ihrem Kind helfen, sich im Klassenzimmer und in seinem sozialen Umfeld wohlfühlen	376
Kapitel 11: Sensible Heranwachsende und junge Erwachsene: Der schwierige Stapellauf eines hochseetauglichen Bootes	417
Zwanzig Tipps für Lehrer.....	464
Literaturverzeichnis.....	474
Über die Autorin	477
Anmerkungen.....	478