

Gabriela Martens

Auch Eltern waren Kinder

Ursachen und Lösungen
von Konflikten
in der Familie

Kösel

'150.

Inhalt

1	Wie dieses Buch zustande kam	7
	Wie ich Erziehung erlebt habe	8
	Was ich aus dem Erfahrenen gelernt habe.	15
	Was ich mit diesem Buch erreichen will.	20
2	Erbarmen mit den Eltern	23
	Wenn Paare Eltern werden.	23
	Elternsein - was heißt das?	29
	Elternsein - wo lernt man das?	33
3	Begegnung mit dem »inneren Kind«	40
4	Wie Konflikte entstehen	52
	Kommunikation	57
	Die Bedeutung der Dinge.	66
	Selbstwert und Identität	71
5	Konfliktlösungen, die keine sind	79
6	Konfliktfähig werden	95
	Offenheit gegen Versteckspielen.	96
	Einfühlungsvermögen	110
	Die Kunst der Abgrenzung	128
	Tolerieren von Gegensätzen.	144
	Anmerkungen.	159