

Register

A

ADHS 74
ADS 74
Aggression 127
– Gegenstrategien 131
– Hilfen 129
Alptraum 148
– Hilfen 149
Ängste
– Funktion 36
– Hilfen 38
– Kraftset 35
– Monster 36
Angsthase 39
Ängstlichkeit 41
– Hilfen 42
Atem
– Gefühle rausdrücken 112
– Wohlfühltyp 38
Aufgaben
– bewältigbare 21
Aufmerksamkeits-Defizitstörung
74
Ausrasten 133
Auszeit
– für Eltern 143

B

Bauchweh 47
Bewegung 19, 75
Brain-Gym[®] 75

C

Computer
– Probleme 175

D

Destruktives Verhalten
– Kraftsets 121

E

Eifersucht 165
– Hilfen 166
Elternstress 138
Emotionale Intelligenz 12
Energie-Gähnen 172
Enttäuschung 68
– Hilfen 70
Externalisieren 49

F

Familiäre Probleme
– Kraftset 147
Fernseher
– Probleme 175
Freundschaften 19

G

Geduld 13, 80
Gelassenheit 80
Geschwisterstreit 159
Gewalt 127
– Hilfen 129
Grenzen 15, 122

H

Halt 11
Hänselei 86
– Hilfen 88
Humor 17, 144
Hyperaktivität 74, 80

K

Karateklopfen 26
Klarheit 13
Klopfakupressur 24
Klopf-Intensität 28
Kommunikation 13
Konzentration 75
– Hilfen 74, 82
– Spiele 76
Konzentrationsschwierigkeiten
73
Kraftpunkte 27
– Tarzanpunkt 28
Kraftset 31
– Überblick 33
Krafttext 33
Kränkung 86, 99
– Hilfen 100
Kritik
– konstruktive 16

L

Lachen 18
Langeweile 170
– Hilfen 172
Lernen
– Eltern 22
Liebe 12
Lob 16

M

Machtkämpfe 122
– Hilfen 124
Magie 18

Massage

– Kopf 89
– spielerische 125
Medienkonsum 175
– Hilfen 177
Meditation
– Kerzen 77
Misserfolg 44, 68
– Hilfen 70
Mobbing 86
– Hilfen 88
Mut 45

N

Neid 165
– Hilfen 166
Nierenmeridian 76

O

Optimismus 17

P

Progressive Muskelentspannung
56

R

Regeln 15, 124
Resilienz 10
Respekt 12
Rückschläge 68
Ruhe
– Hilfen 82
Ruhezone 144

S

Scheidung 109
Schüchternheit 41
– Hilfen 42
Schulanfänger
– Hilfen 63
Schulbeginn 62
Schulstress
– Kraftset 61
Selbständigkeit 13
Sensibilität 54
– Hilfen 56
Sicherheit 11
Spiel 18
Stärkerezept 33
Starkklopfen 24
– Überblick 30
Sterben 114
Streit
– Hilfen 161
– unter Geschwistern 159
Stress 24
Stresspunkte 25

T

Tarzanpunkt 28, 29
 Tod 114
 Trauer
 – Hilfen 117
 – Kraftset 93
 Trennung
 – Hilfen 111
 Trennung der Eltern 109

U

Umzug 104
 – Hilfen 106
 Ungeduld 80
 Unruhe 80

Unsicherheiten
 – Kraftset 35
 Urlaubsende 94
 – Hilfen 95

V

Vertrauen 12
 Vorbilder 20

W

Wassergrimmassen 39
 Wehwehchen 47
 – Hilfen 48
 – Tipps 50
 Werte 15
 Wertschätzung 16

Wohlfühlort 50
 Wohlfühltyp 32
 Wohlfühltyp für Eltern
 – Überblick 142
 Wut
 – Gegenstrategien 131
 – Hilfen 134
 Wutanfälle 133

Z

Zaubersätze 29
 Zeitinsel 144
 Zuhören 14
 Zurückweisung 99
 – Hilfen 100

Liebe Leserin, lieber Leser,

hat Ihnen dieses Buch weitergeholfen? Für Anregungen, Kritik, aber auch für Lob sind wir offen.
 So können wir in Zukunft noch besser auf Ihre Wünsche eingehen.
 Schreiben Sie uns, denn Ihre Meinung zählt!

Ihr TRIAS Verlag

<https://kundenservice.thieme.de> | Lektorat TRIAS Verlag, Postfach 3005 04, 70445 Stuttgart



[/trias.tut.mir.gut](https://www.facebook.com/trias.tut.mir.gut)



[/mama.mag.trias](https://www.facebook.com/mama.mag.trias)



[/trias_verlag](https://www.instagram.com/trias_verlag)



[/triasverlag](https://www.pinterest.com/triasverlag)



www.trias-verlag.de/newsletter