

.....  
Christel Petitcollin  
.....

# Mein Kind denkt und fühlt zu viel

Wie geforderte Eltern ihre Kinder  
bedürfnisorientiert und achtsam  
begleiten

© 2020 des Titels »Mein Kind denkt und fühlt zu viel« von Christel Petitcollin (ISBN 978-3-7474-0205-4)  
by mvg Verlag, ein Imprint der Münchner Verlagsgruppe GmbH, München.  
Nähere Informationen unter: [www.m-vg.de](http://www.m-vg.de)

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	<b>9</b>
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Schubladendenken</b> .....	<b>17</b>
Autismus .....	19
High Functioning .....	20
ADHS .....	23
Dysfunktionen .....	28
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Eine außergewöhnliche Sensibilität</b> .....	<b>35</b>
Hochsensibilität .....	35
Körperpflege .....	39
Ernährung .....	40
Schlaf .....	41
Motorische Fähigkeiten .....	42
Latente Hemmung .....	44
Synästhesie .....	48
Intensität .....	50
Empfindlichkeit .....	51
Paranoia .....	52
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Emotionale Stürme</b> .....	<b>56</b>
Hyperemotionalität .....	56
Traurigkeit und Depression .....	58
Angst .....	59
Wut .....	61

Schuld.....	62
Scham.....	63
Frust.....	64
Freude.....	64
Hyperaffektivität.....	65
Hyperempathie.....	66
Mäanderndes Denken.....	70

## **Kapitel 4**

<b>Aus der Praxis.....</b>	<b>75</b>
Ein Workshop mit »hyperaktiven« Kindern.....	75
Aus der eigenen Coaching-Praxis.....	82

## **Kapitel 5**

<b>Die Kunst der Offenbarung.....</b>	<b>88</b>
Mental hocheffizienten Kindern ihr Anderssein erklären .	89

## **Kapitel 6**

<b>Die Gefahren des falschen Selbst.....</b>	<b>95</b>
»Du bist nicht genug«.....	95
Wenn das Leugnen zum Problem wird.....	96
10 – 20 Jahre Psychotherapie sparen.....	98
Von der Überanpassung zum falschen Selbst.....	101
Schluss mit der Überanpassung.....	105

## **Kapitel 7**

<b>Ein solider Rahmen.....</b>	<b>113</b>
Ein Erwachsener an seinem Platz und in seiner Rolle ..	113
Klare und verbalisierte Anweisungen.....	118
Das Verhältnis zur Autorität.....	120
Selbstwertgefühl.....	123
Zeit und Raum strukturieren.....	124

## Kapitel 8

<b>Die Angst vor der Leere</b> .....	<b>127</b>
Abgrundtiefe Langeweile .....	127
Unersättliche Neugierde .....	130
Meditation und Entspannungsübungen für Kinder? ...	134

## Kapitel 9

<b>Instinktive Spiritualität</b> .....	<b>137</b>
Das Bewusstsein der eigenen Sterblichkeit .....	138
Botschafter übernatürlicher Wesen und Schamanen in kurzen Hosen .....	140
Vom Perfektionismus zur Exzellenz .....	144
Geduld und Ausdauer .....	149
Ein Wertesystem, das aus Absolutheiten besteht .....	150
Die Sinnsuche berücksichtigen, das Leben entdramatisieren .....	156

## Kapitel 10

<b>Soziale Regeln</b> .....	<b>158</b>
Verstehen, um sich anzupassen .....	160
Soziale Codes .....	162
Mit anderen Menschen zurechtkommen .....	165
Sozialkompetenzen .....	168
Manipulative Erwachsene .....	170
Durchsetzungsvermögen .....	172
Umgang mit Konflikten .....	173
Eine Seelenfamilie .....	175

## Kapitel 11

<b>Tipps und Tricks für die Schule</b> .....	<b>177</b>
Vom großen Ganzen ins Detail .....	177
Bedürfnis nach Sinnhaftigkeit .....	178
Spannende Inhalte .....	181

Bedürfnis nach emotionaler Bindung .....	182
Zurück zum Offensichtlichen .....	184
Schulanweisungen entziffern .....	186
Seinen Denkprozess erklären können .....	188
Schreiben .....	190
Den Anweisungen genau folgen .....	191
Besser punkten können .....	192
Was heißt arbeiten? .....	193
Konzentriert bleiben .....	197
Mnemotechnik .....	199

## Kapitel 12

<b>Schulphobie</b> .....	<b>201</b>
Sinnhaftigkeit wiederherstellen .....	203
Druck herausnehmen .....	205
Die Beziehung Eltern – Lehrer verbessern .....	207

## Kapitel 13

<b>Mobbing in der Schule</b> .....	<b>210</b>
Die Schule ist verantwortlich, trägt aber keine Schuld ..	211
Der einsame Mobber .....	212
Mobbing als Gruppenphänomen .....	214
Cybermobbing .....	216
Was man auf keinen Fall tun sollte .....	218
Wie sich eine Gruppe positiv kontrollieren lässt .....	224
Universelle Verbote aufrechterhalten .....	225
Null Toleranz .....	227
Auf wem wird ab der Grundschule rumgehackt? .....	227
Anzeichen, die nicht trügen .....	229
<b>Schluss</b> .....	<b>231</b>
<b>Bibliografie</b> .....	<b>234</b>