

Inhalt

Ausgabe 5/Mai 2019

Aktuelle Texte, exklusive Kolumnen, Videos und einen direkten Draht zur Redaktion finden Sie auf fritzungfraenzi.ch und facebook.com/fritzungfraenzi

10

Dossier: Kinderängste

10 Total blockiert

Nehmen Ängste überhand, machen sie krank. Jedes zehnte Kind erlebt in seiner Entwicklung eine behandlungsbedürftige Angst. Woher Kinderängste kommen – und was dagegen hilft.

32 «Kinder reden nicht über ihre Angst»

Psychiaterin Susanne Walitza erklärt, wie man Kinderängste erkennt und was sie von den Ängsten der Erwachsenen unterscheidet.



Cover

Anna, 15, kämpft gegen ihre Ängste. Eine Therapie half ihr, sie zu akzeptieren und ihnen so einen Teil des Schreckens zu nehmen.





Margrit Stamm, warum brechen Sie als Feministin eine Lanze für die Väter?



Wenn Frauen zuschlagen, geschieht das oft im häuslichen Umfeld.



Eine Impfung gegen die sexuell übertragenen HPV-Viren wird ab 11 Jahren empfohlen.

Erziehung & Schule

- 42 Mehr Rituale im Alltag!**
Immer wiederkehrende Abläufe sind wichtige Helfer – zu Hause wie in der Schule.

Psychologie & Gesellschaft

- 44 Gewalttätige Mütter**
Es ist ein unterschätztes Problem: Mütter, die Gewalt ausüben. Hinschauen hilft – den Opfern wie den Täterinnen.

Ernährung & Gesundheit

- 60 «Essen verbindet»**
Seklehrerin Franziska Stöckli hat mit ihrer Timeout-Klasse das vegetarische Kochbuch «Greentopf» entwickelt.
- 66 Mahlzeit mit gutem Ruf**
Ein gutes Zmorge gilt als besonders wichtig. Zu Recht?
- 68 Gegen Krebs impfen**
Eine HPV-Infektion lässt sich mit einer Impfung vorbeugen. Doch die Impfrate ist tief.

Digital & Medial

- 74 Thomas Feibel**
Warum schießen Pubertierende Selfies? Um dem Kindsein zu entfliehen, sagt unser Kolumnist.
- 76 Nutzlose Alterslimite**
Whatsapp ist erst ab 16 zugelassen – doch kaum jemand kümmerts.

Rubriken

- 06 Entdecken**
- 34 Monatsinterview**
Erziehungswissenschaftlerin Margrit Stamm sagt, nicht alle Männer hätten die Stärke, das neue Rollenbild zu verwirklichen.
- 40 Jesper Juul**
Ihr Kind weigert sich, im Haushalt mitzuhelfen? Übertragen Sie ihm mehr Verantwortung.
- 54 Fabian Grolimund**
Entführen Sie Ihr Kind öfter mal in die Vergangenheit – geteilte Erfahrungen schlagen Brücken und können sogar heilend wirken.
- 56 Leserbrief & Kommentare**

- 59 Mikael Krogerus**
Niemand will heute mehr erwachsen werden. Ein Vorschlag, dem Missstand zu begegnen.

Service

- 73 Verlosung**
- 78 Ein Wochenende ...**
... im Grünen
- 80 Sponsoren / Impressum / Abo**
- 81 Buchtipps**
Umgang mit dem Tod
- 82 Eine Frage – drei Meinungen**
Der Sohn will mit dem Fussballclub nicht an Spielen teilnehmen, sondern nur trainieren – soll man das einfach akzeptieren?

Die nächste Ausgabe erscheint am **28. Mai 2019.**