



Sascha Schmidt

Melde dich mal wieder!

Wenn erwachsene Kinder ihre Eltern meiden

200 Seiten
14,5 x 21,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-8426-1629-5
€ 19,99 [D] / € 20,60 [A]

Erscheinungstermin: 20.02.2021

- **Mehr als 10.000 Eltern suchen monatlich Rat in Selbsthilfegruppen, weil der Kontakt zu ihren erwachsenen Kindern schwindet**
- **Der erfahrene Paar- und Familienberater Sascha Schmidt erklärt die Auslöser und liefert Lösungswege**

Wieso meldet sich mein Kind so wenig? Habe ich etwas falsch gemacht? Wenn der Kontakt zu den erwachsenen Kindern schwindet, ist das für die meisten Eltern sehr belastend. Fragen, Erwartungen und Vorwürfe, aber auch Angst, Scham oder Wut stehen einer gesunden Eltern-Kind-Beziehung im Weg. Sascha Schmidt nennt in seinem Ratgeber typische Ursachen für die Entfremdung, gibt Tipps für Konflikte und liefert Impulse, um eine Brücke zu den Kindern aufzubauen. Er zeigt auch, wie wichtig Selbstreflexion als erster Schritt ist: als Mutter oder Vater die eigene Handlungsweise zu reflektieren und zu ändern, gibt dem Kind erst die Chance, sein Kontaktverhalten zu überdenken. Das ist das Erfolgsgeheimnis auf dem Weg zu einer gesunden Eltern-Kind-Beziehung.

Aus dem Inhalt:

- Mein Kind wird flügge
- 1x1 guter Eltern-Kind-Beziehungen
- Kontaktminderung verstehen lernen
- Typische Ursachen für Entfremdung
- Alltag meistern ohne sein Kind
- Ihre Rolle als Oma und Opa
- Als Eltern getrennt
- Mein Kind meldet sich – wie reagieren?

Der Autor

Sascha Schmidt ist als Paar- und Familienberater auf Familienkonflikte spezialisiert. Als familylab-Seminarleiter und aufgrund seiner umfangreichen Beratungserfahrung weiß er, wie sich schwierige Situationen zwischen Eltern und Kindern in der Familie alltagstauglich auflösen lassen. Für diesen Ratgeber hat er die besten Tipps für alle Eltern zusammengetragen, die den engen Draht zu ihren Kindern verloren haben oder deren Kinder den Kontakt stark einschränken oder gar abbrechen.

