



Für Eltern, Kinder und Kinderärzt\*innen

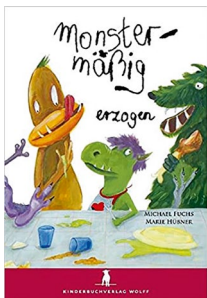
## Kinderbuch-Empfehlungen

Diesmal zu den Themen: starke Gedanken, Benehmen, Stärkung  
Von Dipl.-Psych. Wiebke Claßen

### Monstermäßig erzogen

— Ein richtiges Monsterkind muss monstern können. Richtig monstern ist eigentlich ganz einfach: schön unordentlich und unfreundlich zu Erwachsenen sein, beim Essen kleckern, schmatzen und etwas umschmeißen. In der Schule steht auf dem Stundenplan Schweißfußgeruch, Rülpsen und plötzliches Herumschreien in bisheriger Stille. Nur der kleine Knirps möchte nicht monstern, er ist ein ordentliches und sauberes Monster, was für seine Eltern die größte Peinlichkeit bedeutet. Der Monsterpsychologe empfiehlt, Knirps solle mit Farbe rumsauen. Knirps „beschmiert“ eine Wand mit all seinen Wünschen. Die Monster sind von seiner „Schmiererei“ begeistert.

**Warum dieses Buch?** Ein herrliches Buch zum Mitmachen, Lachen und Schmunzeln. Großartig illustrierte Monster mit langen Namen wie: Die-die-alles-umschmeißt oder King-Rülps erfreuen die Kinderaugen. Am Ende des Buches wird Knacke statt Knigge erläutert. Die Monster behaupten, Herr Knigge hätte für das schlechte Benehmen der Menschen absurde Benimmregeln aufgeschrieben. Hier können die Kinder entscheiden, was sie gut finden und was nicht. Ein lustiger Austausch ist möglich.



Michael Fuchs, Marie Hübner  
**Monstermäßig erzogen**  
Ab 3 Jahren, Kinderbuchverlag Wolff, 12,90 €

### Hey, du bist großartig!

— Mut steckt in uns allen und jeder ist auf seine Weise einzigartig. Jeder von uns hat schon oft großen Mut bewiesen, ohne viel darüber nachzudenken. Manchmal tauchen mulmige Gefühle auf, die aber einfach überprüfen, ob mit uns alles in Ordnung ist. Wenn man sich ängstlich fühlt, lässt unser Gehirn Superkräfte durch unseren Körper fließen, die uns schneller, stärker und kräftiger machen. Mit ein paar Atemübungen, den richtigen Gedanken und Zuversicht lassen sich Angst und Unruhe immer bändigen.

**Warum dieses Buch?** Die Gedanken sind mächtig. Ängstliche Gedanken machen ängstlich und mutige Gedanken machen mutig, und diese kann jeder trainieren. „Mutige Menschen sind nicht deswegen mutig, weil sie nie Angst haben, sie sind mutig, weil sie schwierige Situationen trotz

Angst meistern.“ Dieses Buch erklärt auf kindgerechte Weise, welche Vorgänge im Gehirn wirken und was uns großartig macht. Besonders hilfreich sind drei Botschaften: 1. Wir können unser Gehirn wie einen Muskel trainieren! 2. Alles, was du brauchst, hast du in dir! 3. Wenn du weißt wie, kannst du dir selber helfen! All das und vieles mehr wird hier anschaulich und liebevoll vermittelt.



Karen Young, Norvile Dovidonyte  
**Hey, du bist großartig!**  
Ab 5 Jahren, Carl- Auer-Verlag, 19,95 €

### Jukli oder wie ich einen kleinen Esel an der Backe hatte und nicht wieder los wurde

— Flora, elf Jahre alt, wird in der Schule viel geärgert und hält sich lieber draußen auf. Sie lebt mit ihrer Mutter und den Brüdern in einer Hochhaussiedlung. Bei einer ihrer Fluchten trifft sie in einer Schrebergartensiedlung auf zwei Riesenesel und eine alte Frau. Das ändert ihr Leben schlagartig und sie begibt sich mit dem Eselfohlen Jukli auf einen Roadtrip quer durch Frankreich. Jukli muss ins Eselzuchtbuch der Roma eingetragen werden und kuschelt gerne, beides ist für Flora eine Herausforderung.

**Warum dieses Buch?** Ein Buch zum Selberlesen oder Vorlesen. Es erzählt von der Kultur der Roma und nimmt uns mit auf die Reise, die Flora mit dem Eselfohlen unternimmt. Flora lernt viel über sich selbst, wächst über sich hinaus, ist mutig und

kommt ans Ziel. Freundliche, hilfsbereite Menschen unterstützen Flora und auch ihre Familie stärkt sie. Ein unaufgeregtes Buch, das ruhig und langsam eine gute Geschichte erzählt. Schön für Kinder, die ein bisschen Mut brauchen und gerne lesen.



Corinna C. Poetter  
**Jukli oder wie ich einen kleinen Esel an der Backe hatte und nicht wieder los wurde**  
Ab 8 Jahren, Magellan, 15 €