

Inhalt

| | |
|---|-----|
| Vorwort | 7 |
| Kapitel 1 | 11 |
| Die vielen Gesichter der Sorge | |
| Kapitel 2 | 29 |
| Was bedeutet der Begriff „Sorge“? | |
| Kapitel 3 | 35 |
| Wann werden Sorgen zur Persönlichkeitsstörung? | |
| Kapitel 4 | 48 |
| Sorgen und Stress | |
| Kapitel 5 | 58 |
| Spiegeln Sorgenmenschen einen bestimmten Typ wider? | |
| Kapitel 6 | 71 |
| Selbsterforschungsfragebögen | |
| Kapitel 7 | 82 |
| 18 Strategien, Sorgen zu bewältigen | |
| Literaturverzeichnis | 155 |