

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