

Inhalt

Wenn Sie wüssten, wie ich wirklich bin...

Vorwort 11

... im Leben 23

»Ich brauche ein Freudetraining« 24

Das Dorfgeheimnis 28

»Wegstecken und vorwärtsschauen« 33

In den Augen der anderen 38

Der Anfang vom Ende 43

Das letzte Gespräch 48

Mitgefühl für einen Mörder? 53

»Hatte ich vielleicht unbemerkt Sex?« 58

Bedrohliche Nähe 62

Verflucht!? 66

Kein Plan 71

»Ich bin wie Frodo« 76

Ein sehr eigenes Sterben 81

Modern muslimisch Mann sein 86

Das Ressourcen-Trüffelschwein 91

»Haben Sie Angst vor mir?« 96

Der Rollentausch 101

»Was, wenn ich es doch tue?« 105

... in Beziehungen 111

Luststress 112

Der Selbstwertspiegel 117

Mein Raum, dein Raum 121

»Ich schaffe das nicht!« 125

Das eigene Nein bejahen 129

Hat dieses Paar noch Herzschlag? 133

Das Schattenkind 138

Die ungelebte Seite 143

»Und wo bleibe ich?« 148

»Werde ich kurz vor der Hochzeit untreu?« 153

Liebe will riskiert werden 157

... in der Familie 163

Max und die Wut 164

»Wie kann ich meinem Vater verzeihen?« 169

Der Perlentaucher 173

Die Befreiung der Meerjungfrau 178

Die Wurzeln des Männerhasses 183

Widerwille in der Therapie 188

Das Verdikt 193

Gute Eltern in schlechten Zeiten 198

... bei Beschwerden aller Art 205

Wenn das Herz stolpert 206

Die Migräne – ein sicherer Ort? 210

Das Frühwarnsystem 214

Der Wald verlangt keine Gegenleistung 219

Und statt aber 223

»Ich fühle einfach nichts mehr« 228

Heldeneinsamkeit 232

Am Ende der Anpassung 236

»Ich fühle mich so eingeengt!« 241

Über die Brücke gehen 245

»Ich halte das alles nicht mehr aus« 250

Wenn ein Symptom zurückkommt 255

Engel sei Dank! 259

Viten 265