

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	13
Einleitung: »Du wusstest doch, dass ich Kinder habe ...« .....	19
 <b>1. Was, wenn ich mein Stiefkind nicht lieben kann? .....</b>	<b>28</b>
Liebe kommt von (er)leben .....	31
Der Unterschied zwischen Gefühl und Tat .....	34
 <b>2. Seine/meine/unsere Kinder – wer erzieht wen, wann und wie? .....</b>	<b>43</b>
Unklare Rollen .....	44
Zu hohe Erwartungen .....	47
Vergleiche, die nicht standhalten .....	49
Wo fängt eigentlich Erziehung an? .....	51
Was genau möchte eigentlich wer? .....	53
Rechte und Pflichten – wer tut was? .....	56
 <b>3. Beziehung zu dritt? Welche Rolle spielt die/der Ex? ..</b>	<b>61</b>
Finden Sie die Paarebene .....	72
 <b>4. »Wann ich mein Kind sehe, bestimme ich« .....</b>	<b>76</b>
Jeder ist wichtig .....	82
Seien Sie wertschätzend .....	84
Spontaneität vs. Planung – so kann Umgang funktionieren .....	86
 <b>5. Grenzen sind erlaubt – auch dem Partner gegenüber .....</b>	<b>90</b>
Gefühle lassen sich nicht wegdenken .....	96
 <b>6. Orientierung: Wunsch oder Bedürfnis? .....</b>	<b>105</b>

<b>7. Entfremder</b> .....	I 11
Es ist nicht Ihre Aufgabe, den entfremdenden Elternteil zu ändern .....	I 14
Lassen Sie sich nicht erpressen .....	I 16
Seien Sie ein Paar .....	I 19
Lassen Sie sich helfen .....	I 20
 <b>8. Die Vorwürfe der (Ex-)Partner</b> .....	I 23
Um wessen Gefühle geht es wirklich? .....	I 28
Die Vorwürfe des Partners .....	I 33
Raus aus dem Vorwurfskarussell .....	I 35
 <b>9. »Hilfe, mein Partner mutiert zum Clown«</b> .....	I 38
Ständiges Glück gibt es nicht .....	I 40
Wenn das Kind nicht mehr kommen möchte .....	I 45
 <b>10. Urlaub vom Urlaub</b> .....	I 50
Urlaub? Nein, danke .....	I 52
Urlaubsplanung mit Stiefgeschwistern .....	I 57
Wie viel Gleichbehandlung ist möglich? .....	I 62
 <b>11. Beim Geld hört die Liebe auf</b> .....	I 68
Die rechtlichen Grundlagen der Unterhaltspflicht ...	I 72
Freiwillige Zuzahlungen und Wertschätzung .....	I 75
 <b>12. Wo das Problem wirklich hingehört</b> .....	I 79
Was wir nicht für andere klären können .....	I 83
Wessen Konflikt trage ich aus? .....	I 85
 <b>13. Konflikt ist voll okay</b> .....	I 89
 <b>Auf ein letztes Wort</b> .....	I 99

<b>Anhang</b> .....	203
Dank .....	203
Quellenverzeichnis .....	204
Weiterführende Literatur .....	205
Hilfen und Beratungsstellen .....	206