

Inhaltsverzeichnis

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

7. Entfremder	111
Es ist nicht Ihre Aufgabe, den entfremdenden Elternteil zu ändern	114
Lassen Sie sich nicht erpressen	116
Seien Sie ein Paar	119
Lassen Sie sich helfen	120
8. Die Vorwürfe der (Ex-)Partner	123
Um wessen Gefühle geht es wirklich?	128
Die Vorwürfe des Partners	133
Raus aus dem Vorwurfskarussell	135
9. »Hilfe, mein Partner mutiert zum Clown«	138
Ständiges Glück gibt es nicht	140
Wenn das Kind nicht mehr kommen möchte	145
10. Urlaub vom Urlaub	150
Urlaub? Nein, danke	152
Urlaubsplanung mit Stiefgeschwistern	157
Wie viel Gleichbehandlung ist möglich?	162
11. Beim Geld hört die Liebe auf	168
Die rechtlichen Grundlagen der Unterhaltspflicht ...	172
Freiwillige Zuzahlungen und Wertschätzung	175
12. Wo das Problem wirklich hingehört	179
Was wir nicht für andere klären können	183
Wessen Konflikt trage ich aus?	185
13. Konflikt ist voll okay	189
Auf ein letztes Wort	199

Anhang	203
Dank	203
Quellenverzeichnis	204
Weiterführende Literatur	205
Hilfen und Beratungsstellen	206