

INHALT

EINLEITUNG	7
1 ABER-GLAUBE	
»Ja, aber ich bin überhaupt nicht abergläubisch.«	12
2 ÄRGER	
»Ich ärgere mich maßlos.«	22
3 ENTSCHEIDUNGEN	
»Ich kann mich einfach nicht entscheiden.«	34
4 FEHLER	
»Den Fehler hätte ich mir schenken können.«	49
5 GEBEN UND NEHMEN	
»Ich mache und tue. Und was kriege ich dafür?«	57
6 MEHR	
»Ich will mehr!«	73
7 MÜSSEN	
»Ich habe keine andere Wahl: Ich muss.«	81

8	NICHT	
	»Das kann ich nicht.	
	Das will ich nicht.«	96
9	SCHULD	
	»Ich bitte um Entschuldigung.«	107
10	SICHERHEIT	
	»Das geht mit Sicherheit schief.«	122
11	SORGEN	
	»Ich mache mir solche Sorgen!«	132
12	VERSUCHE	
	»Okay, ich versuche es.«	146
13	VERTRAUEN	
	»Ich vertraue dir wirklich.«	154
14	ZEIT	
	»Woher soll ich mir denn die Zeit dafür nehmen?«	168
15	ZUVERLÄSSIGKEIT	
	»Ich verlasse mich total auf dich.«	178