

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Ein Beispiel aus der Praxis	17
Benjamin	22
Teil 1.....	29
Sucht und Co-Abhängigkeit.....	29
Reflexionsfähigkeit.....	40
Rückfall – der Wille allein genügt nicht.....	44
Teil 2.....	54
Der Weg – Über die Erkenntnis zur Freude.....	54
Von der Idee in die Wirklichkeit	59
Neue Wege erkennen wir, wenn wir sie gehen.....	81
Teil 3.....	93
Bewusstwerdung.....	93
Wo das ICH zum DU wird.....	97
Selbstliebe.....	114
Nachwort	141
Danksagung	147
Links im Internet	149
Bibliographie	151