

INHALT

TRENNUNGEN	9
Über dieses Buch	14
Angst und Konventionen überwinden	16
Ehe und Geld	30
Partnerschaftliche Gewalt	45
Ein Akt der Emanzipation	48
<i>Erste Hilfe: Trennung</i>	58
 FAIR CARE	 61
Sorge und Recht	64
Residenz- und Wechselmodell	74
Täter-Opfer-Umkehr am Familiengericht	97
<i>Erste Hilfe: Fair Care</i>	108
 ARBEIT UND GELD	 111
Balanceakt entlang der Armutsgrenze	116
Steuer(un)gerechtigkeit	126
Wut zur Betreuungslücke!	134
New Work aus der Hölle	138

Wanted: Moderne Care- und Arbeitskultur	148
<i>Erste Hilfe: Arbeit und Geld</i>	153
KOPF UND KÖRPER	157
Yogi-Tee ist kein Therapie-Ersatz	162
Ein Blumenstrauß an Therapiemöglichkeiten	173
Wie man sich entspannt	181
<i>Erste Hilfe: Kopf und Körper</i>	192
LIEBE	195
Lust auf ein Date?	199
Patchwork-work-work	205
Die Schönheit im Alleinsein	211
<i>Erste Hilfe: Liebe</i>	223
Epilog	224
Dank	227
Literatur	229
Anmerkungen	232