

## **Einleitung: Raus aus der Hoffnungslosigkeit! 7**

### **AUF UND AB UND TROTZDEM VORWÄRTS**

<b>Vom Wandel der Symptome – Texte zu den Diagnosekriterien</b>	<b>12</b>
<b>Anders • NANA</b>	<b>50</b>
<b>Vom Überleben in der Drehtür • SISAME P.</b>	<b>60</b>
<b>Das verdammt Ding namens Leben • BIANCA GODLINSKI</b>	<b>71</b>
<b>Auf und ab auf meinem Gesundungsweg • BIRGIT</b>	<b>88</b>
<b>Neues Spiel auf alter Bühne • ANJA LINK</b>	<b>105</b>

### **ANGEKOMMEN, ZURÜCKGEBLICKT**

<b>Wenn dich deine Gefühle nicht mehr leben • PIA MAAR</b>	<b>118</b>
<b>Das Liebenswerte in uns • HEIKE MARIE LOHSE</b>	<b>134</b>
<b>Ein liebevoller Umgang mit mir selbst • BETTINA WERDER</b>	<b>147</b>
<b>Sternenkinder oder Der innere Kindergarten</b>	
<b>und die Suche nach sich selbst • HEIKE MARIE LOHSE</b>	<b>159</b>
<b>Wenn Ziele Hindernisse werden – selbstbewusst am</b>	
<b>Arbeitsplatz • SALLY</b>	<b>172</b>

**Von Kore zu Persephone oder Wie ich trotzdem Therapeutin  
wurde** · MAYA FREY 182

**Die blaue Kugel und der Sternennebel** · SIRIKIT 203

**Gesundung bei Borderline** · ANDREAS KNUF 218

**Anhang** 240

**Autorinnen und Autor** 243

**Der Herausgeber** 249