

Inhalt

Vorweg: Es ist normal, nicht normal zu sein.	7
1 Wer bin ich eigentlich? – Die Suche nach der Identität	15
2 »Morgen ist auch noch ein Tag« – Prokrastination und Motivation	29
3 Wer wird denn gleich in die Luft gehen? – Zu viel Gefühl	51
4 Scheiß Arbeit! – Burnout, Boreout und der Traumjob	75
5 Spieglein, Spieglein an der Wand – Körperkult und Körperwahrnsinn	105
6 Erwachsen werde ich später – Vom Aufschieben der Entwicklungsaufgaben	123
7 Vom Suchen und Finden der Liebe – Partnerschaft & Co.	143
8 Endlich Kinder! – Die psychologischen Herausforderungen des Nachwuchses	163
9 Fun, Fun, Fun – Alkohol und andere Suchtmittel	185
10 Niemand hört mir zu! – Das Gefühl, immer allein zu sein	201

Inhalt

11	Warum so gemein? – Über Lästerschwestern, Neid und Schadenfreude.	221
12	Abschied nehmen – Tödliche Krankheiten, Sterben und Trauer.	239
	Zu guter Letzt.	263
	Glossar	264
	Literatur	268
	Register	270