

# Inhaltsverzeichnis

## *vor-Worte*

Die Rahmenhandlung 12

Meine Texte 14

## *1. Nordsee-Insel. Wirklich*

Andere Zeitrechnung 16

Das Meer 18

Dschörmännie 19

Hin und retour 21

Insulaner und Touristen 23

Mahlzeit 26

Momente 27

Nordsee-Tipp 30

Seenebel 31

Sonntag 34

Strandflöhe 35

Tagebuch 36

Wien 39

Zentral 41

## *2. Alles psychisch. Kritisch*

Alles psychisch 44

Augenmaß 46

Blind 47

Borderline. neu 48

Denken 49

Der Punkt 51

Destruktivität	52
Die Summe	54
Eine Geschichte	55
Einschlaf-Störung	56
Einsicht	57
Freunde und Therapeuten	58
Froschkönige	60
Ideal-Plan. weiblich	61
Jänner	62
Kinderfrage	63
Kommunikationstraining	64
Lebens-Sichten	67
Mit Rahmen	70
Na ja	71
Oma macht das Propädeutikum	72
Richtig so?	74
Schreiben	75
Selbst-Wert	76
Umkehr	77
Zwischen Himmel und Erde	78

### *3. Liebesgedichte. Einfach so*

A bis Z mit dir	82
Aufruhr. unheimlich	87
Ausnahmesituation	89
Dennoch	91
Entscheidungshilfe	92
Ideal	94
I have a dream	95
Klare Sache	96
Nachtgedanken	97

Nachwehen 98  
ohne Titel 99  
Sternstunden 101  
Trauen 105  
Traum 107  
Umhüllt 108  
Verlieben 109  
Vollmond 111  
wann endlich? 113

### *nach-Worte*

Wendung 116  
Zum Ende 119

### *Lebenslauf und Publikationsliste*

Lebenslauf – Ausbildungen und Berufstätigkeiten 122  
Publikationen 125  
Abschlussarbeiten und Projekte 126