

Inhalt

DIE VORBEREITUNG FÜREINANDER	9
Familienglück bedeutet Seelenfrieden	11
Die „liebenswürdige“ Ausstrahlung	16
Der Verzicht auf Dauerklagen	21
Die Sache mit dem Gebrauchtwerden	26
Hilfsbereitschaft, die den Helfer meint	31
Vom Gönnen und vom „Licht-Verschenken“	37
Die „Kleinodien“ Zeit und Respekt	42
Verletzte Menschen danken nicht?	48
Verlorener Sohn – verlorener Vater?	55
Verzeihen braucht kein Vergessen	61
 DAS GESPRÄCH MITEINANDER	 67
„Kindereien“ der Gesprächsführung	69
Labilität als Verständigungshindernis	74
Wie vieles hängt an der Kommunikation!	79
Fünf in Humor verpackte Todsünden	83
„Ich tu's nicht mehr, und basta!“	88
Drückeberger und Doublebind	93
Lachen als stärkende Vitaminspritze	98
Vom Missverständnis zur Feindschaft	103
„Circulus vitiosus“ in der Ehe	108
Ein Schlüssel zum Wieder-gut-Werden	112

DIE LIEBE ZUEINANDER	117
Unglückliche Liebe gibt es nicht	119
Neuanfang nach dem Scheitern?	124
Friede trotz unterschiedlicher Werte	129
Zwei wichtige Tipps für Eheleute	134
Und wenn einer psychisch gestört ist?	140
Richtlinien für mit-leidende Angehörige	145
Realistisch-optimistische Weltsicht	150
Der inneren Stimme gehorchen	154
Die Liebe ist stärker als der Tod	160
Die Autorin und ihr Werk	166