

Inhalt

| | |
|--|-----------|
| Einleitung | 9 |
| Die Welt des Spitzensports – Startvorteil durch perfekte Organisation | 13 |
| Von Extrawünschen, Familienanschluss und verzichtbarem Luxus | 15 |
| Ohne motivierte Veranstalter kein Wettbewerb | 21 |
| Der Wind – ein ungeliebtes Kind | 29 |
| Der Renndirektor – Zwischen Buhmann und Visionär | 35 |
| Sind Haltungsnoten noch zeitgemäß? | 43 |
| Von Materialtäflern, Regeln und Schlupflöchern | 49 |
| Gesundheit will geplant sein | 57 |
| Teamaufstellung – Mit Überraschungseffekt zum Erfolg | 65 |
| An Konflikten führt kein Weg vorbei | 71 |
| Fehlende Rückendeckung und ihre Konsequenzen | 79 |
| Der Blick hinter die Kulissen anderer Systeme – meine Vorträge | 85 |
| Wenn das bisherige Leben wie ein Kartenhaus zusammenfällt | 93 |
| Der Tag, der unser Leben veränderte – Angi | 95 |
| Die erste Zeit des Bangens und Hoffens – Angi | 101 |
| Der Tag, der unser Leben veränderte – Alex | 107 |
| Die erste Zeit des Bangens und Hoffens – Alex | 115 |
| Sich im neuen Dasein zurechtfinden | 121 |
| Die Scham als ständige Begleiterin – Angi | 127 |
| Die Ängste im Zaum halten durch Eigeninitiative | 135 |
| Jede Veränderung fällt schwer | 141 |

| | |
|---|------------|
| Professionelle Hilfe | 147 |
| Wenn die Belastungsgrenzen überschritten werden | 149 |
| Mit professioneller Hilfe den Scherbenhaufen neu sortieren | 155 |
| Tabu Suizid – Da muss doch etwas schiefgelaufen sein | 161 |
| Beistand | 167 |
| Was es für uns bedeutet, echten Beistand zu leisten | 169 |
| Von aktiver Hilfe und »feigen Männern« | 175 |
| System Krankenhaus | 183 |
| Zurechtfinden im »System« Krankenhaus | 185 |
| Ein herzlicher Empfang | 191 |
| Von den Göttern in Weiß | 197 |
| Wenn der interne Konkurrenzkampf Spuren hinterlässt | 203 |
| Die zwischenmenschliche Ebene gibt Kraft | 209 |
| Es geht zu Ende ... | 215 |
| Nina gibt nicht auf – Angi | 221 |
| Der Tag des Abschieds – Angi | 227 |
| Trauer | 233 |
| Mit der Trauer kam die Leere | 235 |
| Wut als Antriebskraft | 241 |
| System Schule | 247 |
| Unsere Erfahrungen mit dem »System« Schule | 249 |
| Depressionen und Suizid – Hilfe für Schüler und Lehrer | 255 |
| Am Ende – Mut für alle Betroffenen | 261 |
| Rede von Ninas behandelnder Ärztin bei der Beerdigung | 263 |
| Nina | 265 |
| Danksagung | 269 |
| Quellennachweis | 271 |