

Inhalt

Vorwort 7

- 1 Die Kernfrage: Zu mir stehen 9
- 2 Unser Selbstbild: Der Blick in den Spiegel 17
- 3 Mangel: Vom gemütlichen Elend in die Krise 35
- 4 Neue Erfahrungen: Wann, wenn nicht jetzt? 49
- 5 Lebenshaltung: Eine Frage der Einstellung 64
- 6 Gefühle: Panzerschrank oder Bauchladen? 73
- 7 Rückzug: Zurück ins Schneckenhaus 84
- 8 Lebenskampf: Der Körper als Schlachtfeld 92
- 9 Partnerschaft: Das Lebensspiel für zwei 104
- 10 Kinder und Eltern: Wie die Alten sangen ... 124
- 11 Glaube: Der Mensch lebt nicht von Brot allein 135

Literatur 149