

INHALT

Vorwort	7
1. Wegweiser durch den Gefühlsdschungel Die Prinzipien der Glaubenstherapie	9
2. Mensch ärgere dich nicht Ärger – die tägliche Herausforderung	31
3. Keiner hat mich lieb Schluß mit dem Minderwertigkeitsgefühl	45
4. Hab keine Angst Wie wir Ängste besiegen können	59
5. Die Identität nicht verlieren Liebe und Partnerschaft	77
6. Darüber spricht man nicht Der mißbrauchte Mensch	93
7. Der Akku ist leer Der ausgebrannte Mensch	105
8. Aller Anfang ist schwer Hilfen für das beratende Gespräch	117