



# Inhalt

## DIE VORBEREITUNG FÜREINANDER

Familienglück bedeutet Seelenfrieden .....	11
Die „liebenswürdige“ Ausstrahlung .....	17
Der Verzicht auf Dauerklagen .....	23
Die Sache mit dem Gebrauchtwerden .....	29
Hilfsbereitschaft, die den Helfer meint .....	35
Vom Gönnen und vom „Licht verschenken“ .....	42
Die „Kleinodien“ Zeit und Respekt .....	47
Verletzte Menschen danken nicht? .....	54
Verlorener Sohn – verlorener Vater? .....	61
Verzeihen braucht kein Vergessen .....	68

## DAS GESPRÄCH MITEINANDER

„Kindereien“ der Gesprächsführung .....	77
Labilität als Verständigungshindernis .....	82
Wie vieles hängt an der Kommunikation! .....	87
Fünf in Humor verpackte Todsünden .....	91
„Ich tu’s nicht mehr, und basta!“ .....	96
Drückeberger und Double-bind .....	102
Lachen als stärkende Vitaminspritze .....	108
Vom Missverständnis zur Feindschaft .....	113
„Circulus vitiosus“ in der Ehe .....	119
Ein Schlüssel zum Wieder-gut-Werden .....	124

DIE LIEBE  
ZUEINANDER

Unglückliche Liebe gibt es nicht .....	133
Neuanfang nach dem Scheitern? .....	138
Friede trotz unterschiedlicher Werte .....	143
Zwei wichtige Tipps für Eheleute .....	149
Und wenn einer seelisch gestört ist? .....	156
Richtlinien für mit-leidende Angehörige .....	162
Realistisch-optimistische Weltsicht .....	167
Der inneren Stimme gehorchen .....	171
Die Liebe ist stärker als der Tod .....	177
Eine Bildgeschichte zum Ausklang .....	184
Anmerkungen und Quellennachweise .....	187
Über die Autorin .....	189