

Gloria Chisholm

Halbe Eltern – ganze Familie

Als Alleinerziehende
zwischen Frust und Freude



R. BROCKHAUS

INHALT

Einleitung	7
1. In einem Boot	9
Wenn einem dämmert, daß man von jetzt an allein- erziehend ist	
2. Aber ich habe gar keine Lust dazu!	22
Auf Forderungen eingehen, wenn einem die Kraft ausgeht	
3. Du möchtest einen was?	38
Wenn sie einen Vater wollen – egal, was für einen	
4. Was soll das heißen, er ist ein Spinner?	50
Um ihre Anerkennung ringen	
5. Aber ich habe nie behauptet, perfekt zu sein!	61
Den Kindern Werte vermitteln, wenn sie einen beim Sündigen erwischen	
6. Bist du etwa immer noch nicht glücklich?	76
Wenn alles, was man hat, noch nicht genug ist	
7. Das kann doch nicht dein Ernst sein!	91
Wenn es sich wie Ablehnung anfühlt	
8. Los geht's!	104
Wenn dranbleiben loslassen heißt	
9. Hast du gesagt, er hat dich komisch angeguckt? ..	119
Endlose Streitereien schlichten	
10. Jawohl, das sind Tränen!	134
Sich ehrliche Gefühle gegenseitig mitteilen	
11. Es ist mir egal, was andere tun (oder haben)	150
Das Vergleichsspiel gewinnen	

12. Ich steige aus! 165
Wenn weitermachen kapitulieren heißt
13. Sieh an, wir schaffen's! 179
Das Leben geht weiter