

Harriet Goldhor Lerner

Zärtliches Tempo

Wie Frauen ihre Beziehungen
verändern, ohne sie zu zerstören

Aus dem Amerikanischen übertragen
von Olga Rinne

Kreuz Verlag

Inhalt

| | |
|---|-----------|
| Danksagungen | |
| I Das Streben nach Nähe: Ist Beziehungsarbeit Frauensache? | 11 |
| II Veränderungen - Chancen und Schwierigkeiten | 21 |
| III Die Entwicklung des eigenen Selbst - um welchen Preis? | 31 |
| IV Der Umgang mit Ängsten - das Problem erfassen | 47 |
| V Distanz und immer mehr Distanz | 63 |
| VI Über den Umgang mit unterschiedlichen Auffassungen | 81 |
| VII Die Basis unseres Handelns | 99 |
| VIII Überfunktionieren | 115 |
| IX Heiße Eisen und Tabuthemen - Veränderung als Entwicklungsprozeß | 137 |
| X Dreieckskonstellationen | 157 |
| XI Mut zur Veränderung - Lindas Geschichte | |
| XII Unsere Mütter - unser Selbst | 197 |
| XIII Konzentration auf das Selbst — die Grundlagen echter Nähe | 217 |
| Nachwort | 240 |
| Anhang: Das Genogramm | 242 |
| Anmerkungen | 249 |