

Christa Meves

Lebensrat von A-Z

Ehepartner - Kinder - Großeltern

Herderbücherei

Inhalt

I.

Ehe-Alphabet

Einführung13
A Anfang und Ende aller Weisheit in bezug auf die Dauer des Glücks einer guten Ehe ist die Lebenseinstellung der beiden Menschen, die sie eingehen15
B Die Bereitschaft, von seinem Partner zu lernen	20
C Die Chance, zu vergeben und um Vergebung zu bitten	27
D Durststrecken aushalten31
E Eifersucht bekämpfen33
F Freiräume für den anderen schaffen.35
G Gegenseitigkeit der Ansprüche beachten (Geldfragen)	37
H Hörigkeiten begegnen.42
I Intoleranz abbauen - die Grenzen der Toleranz sehen	45
J Ja sagen zum Lebensrecht des Partners.47
K Kinderprobleme bewußt lösen.48
L Lebensqualität anstreben53
M Machtteufeln den Garaus machen.58
N Nacht- und Tagrhythmen beachten.62
O Offenheit pflegen63
P Parteienbildung vermeiden.65
Q Querulanz bekämpfen68
R Reisen einplanen.70
S Sexualität verarbeiten72
T Treue bewahren76
U Umgang mit anderen.80
V Verhütungsmittel diskutieren.82
W Wille zum Austragen von Konflikten.86
Z Zärtlichkeit schenken.88

II. Großeltern-ABC

Einführung	93
A Abstand	95
B Beistand	99
C Charakteristisches über Großvater und Großmutter	104
D Dankbarkeit	111
E Einigkeit in der Familie stärken	113
F Feiern von Familienfesten	116
G Geschichten erzählen	124
H Heimat geben	131
I Interesse an den Enkeln haben	134
J Jeden Enkel vorbehaltlos bejahen	137
K Konkurrenz mit der „Gegenschwieger“ vermeiden	145
L Lieben	148
M Mäkeln abstellen	151
N Nicht nachtragen	155
O Orientierung vermitteln	158
P Pflegen	163
Q Quengeleien abweisen	172
R Rat geben	175
S Schwiegerelternschaft bestehen	181
T Trösten	188
U Unterstützen	192
V Verwöhnung vermeiden	196
W Weise sein	201
Z Zart sein	205

III. ABC der Verhaltensstörungen

Einführung	.209
A Angst	.213
B Besitzstörungen (Einkoten, Geiz, Sammelleidenschaften)	.221
C Clownerie	.225
D Depression (Fehlende Ausdauer, Selbstmordimpulse)	.229
E Eßschwierigkeiten (Eßunlust, Magersucht, Fettsucht, Bulimie)	.240
F Faulenzen	.249
G Grimassieren (Augentic, Grunztic, Schnüffeltic, Schultertic, Räuspertic)	.252
H Haarausreißen	.256
I Intellektualisieren	.258
J Jaktationen (Schaukelbewegungen im Liegen, im Stehen, im Sitzen, in Krabbelstellung)	.262
K Kontaktnöte (Aufdringlichkeit, Schüchternheit, Sprechblockade, Mutismus)	.265
L Lügen und Stehlen	.269
M Motorische Unruhe	.276
N Nägelbeißen und Daumenlutschen	.279
O Opposition (Geschwistereifersucht, Aggressionen, Sprechverweigerung)	.285
P Phobien (Schulangst, Tierangst, Spritzenangst, Zahnarzt- und Friseurangst)	.292
Q Quälen (Sadismus, Triebverbrechen, Randalieren, Vandalismus, Brandstiftung)	.298
R Rotwerden	.302
S Selbstbefriedigung (Masturbation, Fetischismus, Transvestitismus)	.304
Sch Schulschwierigkeiten (Legasthenie, Schreibkrampf)	.312

St	Störungen des Schlafs und des Sprechens	318
	(Einschlafstörungen, Stottern, Lispeln)	
T	Tagträume - Angstträume	326
U	Unsauberkeit - Unordnung	330
	(Bettnässen)	
V	Verwahrlosung	334
	(Schuleschwänzen, Weglaufen, Süchte)	
W	Wutanfälle	337
Z	Zwänge	339
	(Wasch-, Ordnungs- und Rückversicherungszwänge, Zwangsphantasien)	
	Literaturverzeichnis	343
	Fremdwörterverzeichnis.	346