

Harriet Lerner

Versuch's
mal mit
Entschuldigung

Wie Versöhnung kleine und
große Herzschermerzen heilt

Aus dem Englischen von Judith Elze

KNAUR 
BALANCE

Inhalt

Kapitel 1

»Es tut mir leid« hat viele Gesichter 9

Kapitel 2

Fünf Arten, eine Entschuldigung zunichtezumachen 21

Kapitel 3

Noch mehr erbärmliche, überzogene und geradezu
beziehungskillende Entschuldigungen 35

Kapitel 4

Sich unter Beschuss entschuldigen:
Vom Umgang mit harter Kritik 47

Kapitel 5

Das geheime Leben des notorischen
Nicht-Entschuldigers 67

Kapitel 6

»Er ist ja so defensiv!« –
Was haben *Sie* damit zu tun? 87

Kapitel 7

Wie und ob man ein Friedensangebot annimmt 111

Kapitel 8

Wer hat unrecht? –

Wenn die Versöhnung ins Stocken gerät 129

Kapitel 9

Die erstaunlichste Entschuldigung,
die ich je miterlebt habe 149

Kapitel 10

»Du musst vergeben«
und andere verletzende Lügen 159

Kapitel 11

Frieden finden – Wie geht das? 181

Kapitel 12

Kraftvolle Worte 201

Dank 213

Anmerkungen 217

Über die Autorin 223