

**Gertrud Teusen**

Vom **Glück**  
und **Schmerz**  
sich um andere zu kümmern

© des Titels »Vom Glück und Schmerz, sich um andere zu kümmern« von Gertrud Teusen  
(ISBN 978-3-7474-0172-9), 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	
<b>In einem Augenblick . . . . .</b>	<b>11</b>
Das Leid des einen ist die Sorge des anderen   Warum gerade ich? Warum gerade wir?   Krankheit als Störfall? Tendenz steigend   Von der Augenhöhe in die Schiefelage   Jede Beziehung ist einzigartig   Vom Glück und Schmerz, sich um andere zu kümmern	
<b>Kapitel 1</b>	
<b>Der Diagnose-Schock und seine Folgen . . . . .</b>	<b>21</b>
Positionsbestimmung   Über die Macht der Liebe und ihre notwendigen Grenzen   Beziehungen in Zeiten der Veränderung   Perspektivenwechsel   Gemeinsam statt einsam?   Mitgefühl – dem Leiden mit Liebe begegnen   Auf den Punkt gebracht: »Du bist krank – und mir fehlen die Worte.«	
<b>Kapitel 2</b>	
<b>Die Veränderung – weil nichts mehr bleibt, wie es mal war. . .</b>	<b>41</b>
Die Diagnose verarbeiten   Perspektivenwechsel   Was hat es mit Emotionen auf sich?   Einen neuen Umgang etablieren   Gemeinsam den Lebensstil anpassen   Auf den Punkt gebracht: Die Kommunikationsfälle	
<b>Kapitel 3</b>	
<b>Die Verantwortung: das Rundum-sorglos-Paket. . . . .</b>	<b>61</b>
All you can deal   Das Leben geht weiter ... nur eben anders   Das neue Ich – Wahrheit oder Pflicht?   Was wäre, wenn ...   Angst-Management   Auf den Punkt gebracht: Schluss mit der Selbstverleugnung	

© des Titels »Vom Glück und Schmerz, sich um andere zu kümmern« von Gertrud Teusen  
(ISBN 978-3-7474-0172-9), 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

© des Titels »Vom Glück und Schmerz, sich um andere zu kümmern« von Gertrud Teusen  
 (ISBN 978-3-7474-0172-9), 2020 by mvg Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
 Nähere Informationen unter: <http://www.mvg-verlag.de>

**Kapitel 4**

**Unbezahlbar – die Bilanz der guten Taten . . . . . 79**

Was ein Mensch zum Leben braucht | Wer trägt die Verantwortung?  
 | Ansprüche geltend machen | Zwischen Pflege und Beruf: Zahlt  
 sich Pflege aus? | Pflege und Beruf – geht das? | Auf den Punkt  
 gebracht: Will ich pflegen?

**Kapitel 5**

**Beholder’s Disease – der Erschöpfung einen Namen geben . . . 101**

Körperliche Beschwerden durch Pflege | Sorgen sind ungesund | Für  
 die eigene Gesundheit sorgen | Depressionen in der Pflegesituation  
 | Verhängnisvolle Symptom-Verwandtschaften | Auf den Punkt  
 gebracht: Energie tanken

**Kapitel 6**

**Beziehungsstatus: Ungesund! . . . . . 121**

Loyalität – darauf ist Verlass | Spannungsfeld – Geben und Nehmen  
 | In guten wie in schlechten Tagen | Zwischen Eltern und Kindern  
 | Gefühle zulassen | Auf den Punkt gebracht: Krisen in Pflege-  
 beziehungen lösen

**Kapitel 7**

**Das Leid der anderen . . . . . 143**

Mein Partner – ein Pflegefall | Krisen bewältigen | Zwischen Nähe  
 und Distanz | Sind Sie bereit für ein Leben in Pflege? | Öfter mal  
 nur an sich denken | Auf den Punkt gebracht: Glück braucht Mut!

**Literatur . . . . . 159**

**Websites (Auswahl) . . . . . 159**