



Am Arsch vorbei
geht auch ein Weg
– JETZT ERST RECHT –

Entspannt bleiben trotz Vollspackos
und anderer Widrigkeiten

Alexandra Reinwarth

mvg

© 2020 des Titels »Am Arsch vorbei geht auch ein Weg – Jetzt erst Recht –« von Alexandra Reinwarth (ISBN 978-3-7474-0218-4) by mvg Verlag,
Münchner Verlagsgruppe GmbH, München. Nähere Informationen unter: www.m-vg.de

INHALT

Einleitung	7
1. Das Leben genießen	9
2. Die Schule	21
Die Büroklammern	22
Das Kind mag Frau Sträubig nicht	28
Hausaufgaben	31
Angebot	34
3. Das darf man nicht	43
Das darf man nicht wegen PEINLICH.	44
Das darf man nicht wegen UNCOOL	53
Das darf man nicht wegen TRADITION!	60
Das darf man nicht, weil BELDEIDIGT!	68
Das darf man nicht, weil man sonst ein SCHLECHTER MENSCH IST!	75
4. Trennungen	81
Fehler des Partners bleiben	90
Keine Groll-Umleitung	92
Das Urteil anderer Leute	96

5. Liebe	99
Kriterien.	108
Sich-schon-mal-vorab-über-irgendetwas-sorgen- das-noch-nicht-mal-eingetreten-ist-und-eventuell- auch-nie-eintreten-wird:	112
Die Hochzeit des Ex	121
Apropos: die Neue	122
Der Mann	128
Normen	132
6. Benny Bärenstark	139
Die, die sich für alles verantwortlich fühlen.	140
Die, die alles unter Kontrolle haben müssen	145
Die, die alles wollen	148
Die starken Helferinnen.	150
7. ... und irgendwas ist ja immer!	153
8. Vollspackos.	159
Vollspackos im echten Leben.	160
Vollspackos im Internet	171
Vollspackige News	175
9. Warum das so wichtig ist	181
Und noch ein paar Bonusfragen, über die es sich lohnt, nachzudenken:	187
Über die Autorin	189