

## Inhalt

<b>Einführung</b>	<b>7</b>
<b>Teil 1</b>	<b>9</b>
Was Sie nicht sind	11
Warum der Alkohol aus Ihrem Leben verschwinden muss	14
Wie der Alkohol in unser Leben kam	21
Der Weg in die Abhängigkeit	31
Der Weg in die Freiheit	43
Zwischenbilanz	53
<b>Teil 2</b>	<b>59</b>
Erste Schritte in der neuen Freiheit	61
Beruf / Karriere / Geld	68
Liebe / Beziehung / Partnerschaft	71
Angst / Depression	75
„Drogen“	82
Empfindung / Verhalten	83
Selbsthilfegruppen	88
Glauben	91
Perspektive	96
<b>Schlusswort</b>	<b>104</b>
<b>Anhang</b>	<b>107</b>
Führerschein und positive MPU	109