

# Inhalt

Vorwort von Dr. A. D. Baumann	7
Wie dieses Buch entstand	16
Erikas Weg in den Alkohol	20
Erikas Klinikzeit	29
Fritz erzählt sein Leben	39
Erika und Fritz – Der mühsame Weg aus dem Suff	56
Die Notwendigkeit der Gruppen	63
Die Erlebnisse und Empfindungen von Erikas Kindern	78
Ich heiße Sonja und bin die Frau eines Alkoholikers	87
Die Angehörigen-Gruppen:	
AL-ANON und AL-ATEEN	101
Das »neue« Leben	140
Hilfe für andere	147
Adressenanhang	187