Inhalt

Vorwort der Herausgeberin	7
<i>(Texte, wo nicht anders vermerkt, von Ingrid Bäumer)</i>	
Teil A: Daten, Fakten und Definitionen	11
1. Was ist Skin Picking? Definition – klinisch und aus Sicht von Betroffenen	11
2. Zahlen, Daten, Fakten	15
3. BFRB: Was hinter dem Wortungetüm steckt	19
Teil B: Geschichten von Betroffenen	27
1. Katharina*: Nicht nur sauber, sondern rein. Eine katholische Mädchengeschichte	27
2. André*, 41 Jahre: Wie werde ich gut genug?	34
3. Kiki*, 19 Jahre, Studentin: „Wenn ich mal wieder verzweifle, nimmt er mich in den Arm“	41
4. Klara*, 26 Jahre: Mein Weg zur stationären Therapie	48
5. Lina*, 29 Jahre: Bitte keine Belehrungen!	51
6. Majda*, 20 Jahre: Neue Wege gehen	58
7. Martin*, 37 Jahre: 15 Jahre Kampf – endlich fast am Ziel	66
8. Sophia*, 33 Jahre, Erzieherin aus München: Alltagsknibbeln	70
9. Stella*: Der Wind auf meiner Haut	77

10. Jacqueline, 18 Jahre: Eine Achterbahnfahrt mit Höhen und Tiefen	82
11. Barbara Schubert: Wegbegleiter für Betroffene sein	88
Teil C: Bilder	95
Teil D: Selbsthilfe	113
1. Skin Picking ist in Wirklichkeit dein Freund. Erfahrungen als Therapeutin (von Barbara Schubert) ...	113
2. Mein langer Weg zur Selbsthilfe (von Ingrid Bäumer) ..	131
3. Wie gründet man eine Selbsthilfegruppe?	137
4. Unsere Heldinnen: Christina Pearson, Sarah Robertson, Angela Hartlin	143
5. Tipps gegen Knibbeln, Drücken und Piddeln	148
Danksagung	155
Literatur- und Web-Tipps	156
Literaturtipps	156
Web-Tipps	157
Quellenangaben	158