

# Inhalt

<b>Wenn in der Liebe immer wieder das gleiche Schema abläuft ...</b>	<b>7</b>
<b>WELCHER BEZIEHUNGSTYP BIST DU?</b>	<b>15</b>
Dienen, Blenden oder Flüchten?	17
Drei Engel für ...	23
Die inneren Kinder hinter den Beziehungstypen	46
Auftritt des strengen Richters	69
Das erwachsene Ich	81
Exkurs: Eifersucht	88
Alle Jahre wieder: Gute alte Vorsätze!	92
<b>WELCHER TYP PASST ZU DIR?</b>	<b>95</b>
Eine Frage der Chemie	97
Schema-Chemie: Feuerwerk oder Wunderkerze	100
Die ersten Schritte der Veränderung können hart sein	113
Wer matcht mit wem?	129
Die Kombinationen in Aktion	135

<b>NEUE CHANCEN FÜR DIE LIEBE</b>	159
<b>Wie kannst du deine Beziehungsmuster ändern?</b>	161
<b>Niemand ist eine Insel</b>	183
<b>Ermutigung zur Veränderung</b>	193
<b>Die inneren Kinder beruhigen</b>	203
<b>Bin ich noch wichtig?</b>	205
<b>Die strenge Richter-Stimme zum Schweigen bringen</b>	221
<b>Jetzt darf sich das erwachsene Ich entfalten</b>	237
<b>Abschluss: Die Jahresbilanz wird gezogen</b>	250
<b>Verzeichnis der Tests und Übungen sowie Hinweise zum Download</b>	252