

# Inhalt

|                                                                    |     |
|--------------------------------------------------------------------|-----|
| Vorwort .....                                                      | 7   |
| <b>Teil I DIE UNBEWUSSTE PARTNERSCHAFT</b>                         |     |
| 1 Zerbrochene Liebe – Liebe auf Dauer .....                        | 19  |
| 2 Verwundungen aus der Kindheit .....                              | 31  |
| 3 Unsere Imago .....                                               | 49  |
| 4 Die Phase der romantischen Liebe .....                           | 60  |
| 5 Der Machtkampf .....                                             | 75  |
| <b>Teil II DIE BEWUSSTE PARTNERSCHAFT</b>                          |     |
| 6 Bewusstwerdung .....                                             | 95  |
| 7 Sich freiwillig verpflichten .....                               | 109 |
| 8 Den Partner neu kennenlernen .....                               | 123 |
| 9 Eine Atmosphäre der Wertschätzung schaffen .....                 | 147 |
| 10 Unsere persönlichen Wachstumschancen erkennen .....             | 163 |
| 11 Einen heiligen Raum für uns schaffen .....                      | 190 |
| 12 Porträt zweier Partnerschaften .....                            | 215 |
| <b>Teil III ÜBUNGEN</b>                                            |     |
| 13 Zehn Schritte zu einer bewussten Partnerschaft .....            | 257 |
| Übung 1 Ihre Beziehungsvision .....                                | 263 |
| Übung 2 Kindheitswunden .....                                      | 265 |
| Übung 3 Erarbeitung Ihrer persönlichen Imago .....                 | 266 |
| Übung 4 Frustrationen aus der Kindheit .....                       | 268 |
| Übung 5 Eltern-Kind-Dialog .....                                   | 269 |
| Übung 6 Partner-Profil .....                                       | 271 |
| Übung 7 Unerledigtes aus der Kindheit .....                        | 273 |
| Übung 8 Der Imago-Dialog .....                                     | 274 |
| Übung 9 Beziehungs-Ausgänge schließen .....                        | 278 |
| Übung 10 Liebevolle Verhaltensweisen .....                         | 280 |
| Übung 11 Die Überraschungsliste .....                              | 283 |
| Übung 12 Die Spaßliste – Aktivitäten, die Spaß und Freude machen . | 284 |
| Übung 13 Positives Überfluten .....                                | 285 |

|          |                                                                                       |     |
|----------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Übung 14 | Der Dialog „Bitte um Verhaltensänderung“ .....                                        | 286 |
| Übung 15 | Die Wiege .....                                                                       | 291 |
| Übung 16 | Verantwortung für meine Negativität übernehmen und<br>sie aus der Welt schaffen ..... | 292 |
| Übung 17 | Null-Negativität und Stärken einer neuen Verbundenheit ..                             | 296 |
| Übung 18 | Visualisierung der Liebe .....                                                        | 298 |

## **ANHANG**

|                                            |     |
|--------------------------------------------|-----|
| Professionelle Hilfe .....                 | 299 |
| IGÖ – Imago Gesellschaft Österreich .....  | 302 |
| Dank und Anerkennung für Jo Robinson ..... | 303 |
| Danksagungen .....                         | 304 |
| Anmerkungen .....                          | 307 |
| Bibliografie .....                         | 312 |