

Inhalt

Teil 1

Ich glaube, ich verliere die Kontrolle!

Auf dem Höhepunkt der Panik 9

Zwangspause Klinik

Das eingelöste Versprechen 25

Die ersten Tage zu Hause

Böses Erwachen 51

Absolute Ratlosigkeit

Wie soll es weitergehen? 77

Ein lehrreiches Wochenende

Erste Einblicke 93

Teil 2

Jetzt geht es ans Eingemachte

Die psychologische Arbeit 123

Auf nach Schweden in ein neues Leben

Lachen, weinen, auf und ab 141

Ich entdecke mich neu

Erste Schritte 159

Die Hochsensibilität

Das letzte noch fehlende Puzzleteil 175

Auf Wiedersehen, altes Leben ...

Meine innere Umkehr 191

Teil 3

Ein Blick von außen

Meinungen Angehöriger 203

Meine Mami

Stephanie von Pfuel 207

Meine Schwester

Gigga 215

Mein Freund

Alexander 224

Wenn diese Menschen nicht gewesen wären ...

Danksagung 233