

Inhalt

Zwei Welten treffen aufeinander	7
Auf der Seite des Lebens	15
Die zweite Pubertät	21
Im Hier und Jetzt	29
Die freie Welt ist hinter Gittern	35
Mein Körper, das unbekannte Wesen	41
Die nackte Wahrheit	55
Es reist sich besser mit leichtem Gepäck	63
Nüchtern betrachtet ist alles Gewohnheit	73
Zu Hause in dir	85
Wer Ja sagen will, muss lernen, Nein zu sagen	93
L(i)ebe deinen Traum	105
Von der Traumgeburt zum Geburtstrauma	115

Lass uns Wellenreiten gehen 125

Kinder an die Macht 133

Raus aus der Komfortzone 143

Gut zur Welt heißt gut zu dir 155

**Nachrichten aus einem unbekannten
Universum** 165

**Bringt ein Flugzeugabsturz dich nicht um,
übernimmt es die Panik** 175

Neue Väter braucht das Land 183

Das Gras auf der anderen Seite 193

Ich mag dich mehr als ursprünglich geplant 205

Nachwort 215

Danksagung 219

Bildnachweis 221