

# Inhalt

<b>Das erwartet dich in diesem Buch .....</b>	<b>7</b>
<b>Unsere Soulmates .....</b>	<b>10</b>
<b>KAPITEL I: <i>Liebe finden</i></b>	<b>17</b>
<b>Was wir von Liebe erwarten .....</b>	<b>18</b>
Was macht es uns so schwer, die Liebe zu finden? .....	23
Zwei große Missverständnisse über die Liebe .....	25
<b>Wie wir Liebe begrenzen .....</b>	<b>31</b>
<b>Liebe kann uns herausfordern .....</b>	<b>38</b>
<b>So erkennst du deinen Soulmate .....</b>	<b>44</b>
<b>Heile dein verletztes Herz .....</b>	<b>54</b>
<b>Lasse deine Ex-Beziehung(en) los .....</b>	<b>61</b>
Löse alte Muster .....	63
Vergib deinem Ex-Partner und dir selbst .....	68
<b>Hast du den richtigen Partner an deiner Seite? .....</b>	<b>74</b>
<b>So findest du deinen Soulmate .....</b>	<b>78</b>
Wo ist die Liebe? .....	83
<b>Lasse deine Zweifel los .....</b>	<b>90</b>
<b>Wie mit Sorgen und Ängsten umgehen? .....</b>	<b>95</b>
Wovon gehst du aus: Worst oder Best Case? .....	102
<b>Bist du bereit für deinen Soulmate? .....</b>	<b>105</b>

<b>Was braucht eine glückliche Beziehung?.....</b>	<b>III</b>
<b>So meistert ihr Herausforderungen .....</b>	<b>116</b>
Wie Konflikte und Dramen entstehen .....	126
Typische Konflikte in der Partnerschaft und wie du mit ihnen umgehst .....	131
Von- und miteinander lernen .....	137
<b>Kommunikation in der Beziehung .....</b>	<b>140</b>
So stärkst du deine Beziehung durch Kommunikation .....	142
Gefühle erkennen – oder: Wie drückst du deine Liebe aus?.....	146
Bedürfnisse erkennen .....	149
<b>Geheimnisse einer glücklichen Partnerschaft .....</b>	<b>152</b>
<b>Wie Kinder die Partnerschaft verändern .....</b>	<b>161</b>
<b>Eure Zukunft gemeinsam gestalten .....</b>	<b>165</b>
<b>Dein Lebenssinn .....</b>	<b>169</b>
<b>Die Liebe lebendig halten:</b> Praktische Tipps für eine glückliche Beziehung .....	174
<b>Happy End.....</b>	<b>178</b>
<b>Danke .....</b>	<b>179</b>
Quellenverzeichnis .....	180
Bildnachweis .....	180
<b>Über die Autoren .....</b>	<b>181</b>