

Inhaltsverzeichnis

Im Sturm der Gefühle – Ein Vorwort	7
Schmetterlinge im Bauch –	
Wenn wir total verknallt sind	15
Auf Wolke 7 – Das ist wahre Liebe	35
Ich häng an dir – Unser Bindungshormon Oxytocin . . .	52
Das ewige Kribbeln – Wie können wir die Leidenschaft erhalten?	74
Das gebrochene Herz – Kalter Entzug	89
Von Trauer und Schmerz – Helfer in der Not	104
Eine kurze Einführung in unser Gehirn	126
Es ist zum Heulen – Warum wir weinen	132
Wenn das Blut in den Adern gefriert – Angst!	147
Extra-Wissen: Verschwörungserzählungen – und warum das menschliche Gehirn auf sie hereinfällt	160
Ich steh unter Strom! – Stress pur!	187
Die Sorge, etwas zu verpassen – Von Fomo, Phubbing, Nomophobie und Jomo	209
Ich raste aus! – Kochende Wut	223
(I'm) Hangry – Wenn Hunger wütend macht	249
Luftsprünge machen – Was ist wahres Glück?	258
Danke	307
Weiterführende Literatur	309
Register	331