

# 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