

Inhalt

Vorwort	7
Kapitel 1: Meine Geschichte	17
Kapitel 2: Der Ausweg - Raus aus der Opferhaltung	93
Kapitel 3: Aus emotionalen Abhängigkeiten lösen	153
Kapitel 4: Wahre Liebe ist das Schönste	181
Kapitel 5: Ich bin genug!	219
Schlusswort	259
Danksagung	264