

INHALT

Vorwort 9

Prolog 11

AUFBRUCH

Wann hast du dich das letzte Mal frei gefühlt? 19

Was bringt dich aus dem Gleichgewicht? 29

Was würdest du gerne anders machen? 31

AUSZEIT

Für was bist du dankbar? 41

Was ist das Gegenteil von Sehnsucht? 53

Was würdest du tun, wenn alles möglich wäre? 86

AUSWANDERN

Was brauchst du für ein richtig gutes Fundament im Leben? 99

Was ist dir wirklich wichtig? 124

Was gibt dir Energie? 143

ABSCHIED

Welche Eigenschaft muss für dich eine Heldin,
ein Held haben? **163**

Wann warst du das letzte Mal so richtig traurig? **176**

Was denkst du über Abschiede? **189**

ALLTAG

Wie schaffst du es, ruhig zu bleiben? **209**

Wer sind deine guten Freunde? **232**

Welche Entscheidungen hast du mit dem Herzen
getroffen? **248**

Epilog **257**

Danksagung **269**