

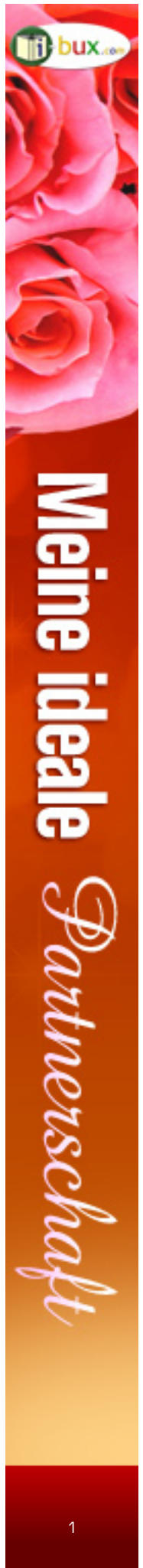
# SO ERSCHAFFE ICH MEINE PERFEKTE PARTNERSCHAFT IN 10 SCHRITTEN

<b>Autoren:</b>	Giela Bar Cati Palma
<b>Herausgeber</b>	<a href="http://www.I-Bux.Com">http://www.I-Bux.Com</a>
<b>Titelblattgestaltung:</b>	Triona McColl
<b>Seitenzahl der Vollversion:</b>	153 Seiten
	<b>Teil 1: So erschaffe ich meine ideale Partnerschaft in 10 Schritten</b>
	<b>Teil 2: 600 Fragen zum Kennenlernen für Paare</b>
	<b>Teil 3: 100 Tipps für mehr Romantik in Ihrer Partnerschaft</b>
	<b>Teil 4: 100 Tipps für eine erfülltere Sexualität</b>
<b>E-Mail:</b>	<a href="mailto:service@i-bux.com">service@i-bux.com</a>
<b>Herausgabejahr (E-Book):</b>	2011
<b>Download-URL</b>	<a href="http://goo.gl/XGzT2">http://goo.gl/XGzT2</a>

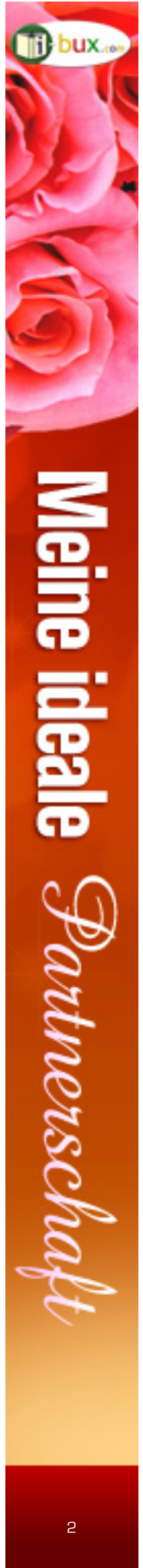
---

## **Haftungsfreistellung:**

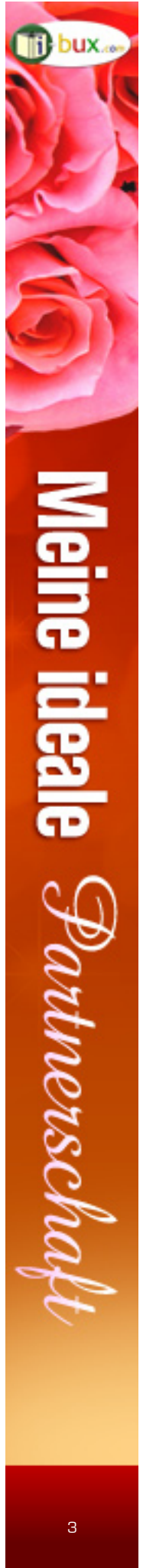
Dieses E-Book wurde nach bestem Wissen und Gewissen erstellt, der Herausgeber übernimmt jedoch keinerlei Garantien oder Haftungen für den Fall einer unsachgemäßen Umsetzung der erteilten Empfehlungen und weist ausdrücklich darauf hin, dass Sie selbst für die regelmäßige Durchführung der Übungen, Affirmationen und Ihre Resultate verantwortlich sind.



<b>❖ Navigationstipps</b>	5
Optimale Bildschirmanzeige	6
<b>❖ Schritt 1 - Was versprechen Sie sich von diesem E-Book?</b>	8
Ein kurzer Blick auf die Statistik	8
Was ist das Besondere an diesem E-Book?	9
Was sollten Sie mitbringen?	9
Wo liegt eigentlich das Problem?	10
Überzogene Erwartungen	10
Fehlvorstellungen	10
Liebe, die an Bedingungen geknüpft ist	10
Rollenübernahme	10
Gruppenzwang	11
Achtsamkeit	11
Praktische Zwei-Minuten-Achtsamkeitsübung	12
Das Loch in der Straße	15
Sagen Sie, was Sie wollen - nie, was Sie nicht wollen!	16
Hausaufgabe - Ihr Partnerschaftsbuch	17
<b>❖ Schritt 2 - Haben Sie die Lektion gelernt?</b>	18
Wichtige Bereiche der partnerschaftlichen Beziehung	18
Liebe	19
Emotion	19
Kommunikation	19
Persönlichkeitstyp	23
Intimität	27
Offenheit	27
Neigungen	27
Gegenüberstellung: Unerwünschte und gewünschte Eigenschaften	28
Sie suchen Ihren Idealpartner nicht, Sie erschaffen ihn	29
<b>❖ Schritt 3 - Die Entscheidung liegt an Ihnen!</b>	31
Bewusste Entscheidungen treffen!	31
Entscheidungen umsetzen	32
Hauptentscheidungen	33
Ihr Wunschbild	34
Was sind Ziele?	35
Schöpferische Menschen	35
Was Erschaffen nicht ist und was es ist	36



<b>❖ Schritt 4 - Was Erschaffen ist</b>	37
Lassen Sie Ihre Fantasie spielen	37
So gehen Sie mit Ihrem Ego um	38
Warum haben so viele Menschen den falschen Partner?	40
Zeit für die Achtsamkeitsübung	42
<b>❖ Schritt 5 - Frühjahrsputz</b>	44
Überzogene Erwartungen	45
Standortbestimmung	46
Das Gummizugprinzip	47
Selbstbildbewertung	47
Beruf	48
Finanzen	48
Gefühle	48
Umfeld	49
Weiterbildung	49
<b>❖ Schritt 6 - Mehr übers Erschaffen</b>	50
Topfit und völlig gesund	50
Drei Erschaffensphasen	51
Kommunikation	52
Affirmationen	53
<b>❖ Schritt 7 - Damals und heute</b>	54
Vorgeburtliche und frühkindliche Programmierung	54
Unbewusste Regieanweisungen fürs Leben	57
Welche Vorgaben befolgten Sie in Ihrer Kindheit?	57
Unterstützende Zusatzentscheidungen für die Zielerreichung	57
Fünf Sprachen der Liebe	58
<b>❖ Schritt 8 - Welche Option ist die beste?</b>	59
Widerstreitende Optionen - Entscheidungskonflikte	59
Der Jojo-Effekt	60
Übung: Den Unterschied wahrnehmen	61
Lösung durch das Universum	62
<b>❖ Schritt 9 - Grundsatzentscheidungen</b>	63
Nachahmen ist nicht dasselbe wie Erschaffen	64
Dinge ins Rollen bringen	66



❖ <b>Schritt 10 - Übernehmen Sie die Titelrolle</b>	67
Betreiben Sie Eigenwerbung!	67
Wie stellen Sie sich Ihren Idealpartner vor?	67
Krabbeln Sie aus dem Loch	68
Die bessere Hälfte	68
Liebe ist ....	68
❖ <b>Zusammenfassung</b>	70
Schritt 1	70
Schritt 2	70
Schritt 3	71
Schritt 4	71
Schritt 5	71
Schritt 6	71
Schritt 7	71
Schritt 8	72
Schritt 9	72
Schritt 10	72
❖ <b>600 Fragen zum besseren Kennenlernen für Paare</b>	73
Beruf und Ausbildung	76
Erscheinungsbild - äußere Anziehung	78
Finanzen	80
Freizeit	83
Freunde und Familie	85
Frühere Beziehungen	87
Gesundheit	89
Haushalt und Zusammenleben	91
Hobbys und Unterhaltung	93
Kinder und Kindererziehung	95
Kommunikation	98
Liebe und Romantik	101
Moralische Vorstellungen	102
Persönlichkeit und Gefühle	104
Religion und Spiritualität	109
Sexualität	111
Straßenverkehr	114
Tiere	115
Vergangenheit und Zukunft	116
Vorlieben	117
❖ <b>100 Ideen für mehr Romantik in Ihrer Partnerschaft</b>	119
❖ <b>100 Ideen für eine erfülltere Sexualität in Ihrer Partnerschaft</b>	141
❖ <b>Stichwortverzeichnis</b>	150

