

| | |
|-------------------|---|
| VORWORT | 6 |
|-------------------|---|

Die Kunst, ein Single zu bleiben 8

| | |
|--|----|
| PHASE 1: SYMPATHISCH ODER NICHT? | 10 |
| PHASE 2: KONTAKT AUFNEHMEN | 12 |
| JETZT WIRD GETESTET | 12 |
| ES SOLL FUNKEN UND ES MUSS PASSEN | 13 |
| WIE MAN FUNKEN ERSTICKT UND FEUER LÖSCHT | 19 |
| DAS SCHNELLGERICHT | 21 |
| PHASE 3: ES BAHNT SICH ETWAS AN | 24 |
| DIE INNERE CHECKLISTE | 26 |
| IM ZEITRAFFER | 29 |

Der Single als Fallensteller 30

| | |
|---|----|
| EGO-FALLE 1: SUCHE PARTNER, DER ZU MIR PASST! | 32 |
| SETZT MICH IN DEN MITTELPUNKT! | 32 |
| SCHAU, DASS ES MIR GUT GEHT! | 36 |
| WIE WIRKE ICH? | 40 |
| EGO-FALLE 2: SUCHE PARTNER, DEM ICH PASSE! | 44 |
| IN DER WARTESCHLEIFE | 46 |
| WIE WIRKE ICH? | 50 |
| DIE WIRKUNG VON VERHALTEN | 54 |
| ALS EINE FIGUR AUFTRETEN | 55 |
| FIGUREN PROVOZIEREN REAKTIONEN | 56 |

| | |
|--|----|
| WEITERE EGO-FALLEN | 57 |
| SUCHE PARTNER, DER AUF MICH GEWARTET HAT | 57 |
| SUCHE PARTNER, DER MICH AUF HÄNDEN TRÄGT | 59 |
| SUCHE PARTNER, DER MICH NICHT ENTTÄUSCHT | 60 |
| SUCHE PARTNER, DER MICH ANNIMMT | 63 |
| SUCHE LEIDENSCHAFTLICHEN PARTNER, DER MICH ENTLASTET | 65 |
| ENDSTATION SEHNSUCHT | 67 |
| EINE LÖSUNG TAUCHT AUF | 68 |
| IM ZEITRAFFER | 69 |

Den Beziehungstrick anwenden 70

| | |
|---|----|
| WIE PASSUNG ENTSTEHT | 71 |
| DIE GNADE DER BLINDHEIT | 72 |
| STARKE EMOTIONALE BINDUNG | 73 |
| DER EINDRUCK VON PASSUNG | 74 |
| GENÜGEND BINDUNG ENTWICKELN | 75 |
| WIE SICH ALLES ÄNDERT | 76 |
| IN KONTAKT BLEIBEN | 76 |
| EINE BEZIEHUNG HERSTELLEN | 77 |
| EGO-FALLEN ABBAUEN | 81 |
| WANN IST MAN IN BEZIEHUNG, WANN NICHT? | 84 |
| AUF SICH SELBST REAGIEREN | 85 |
| AUF DEN PARTNER REAGIEREN | 90 |
| INTELLIGENTE DUMMHEIT – WIE MAN IN BEZIEHUNG BLEIBT | 92 |
| LANGSAM UND NEUGIERIG | 93 |
| STAUNEN UND WUNDERN | 95 |

INHALT

| | |
|---|-----|
| KLEINE EXKURSION ZU DEN KLIPPEN DER KOMMUNIKATION | 97 |
| DIE ERSTE KLIPPE: WAS SAGE ICH? | 97 |
| DIE ZWEITE KLIPPE: WIE SAGE ICH ES? | 98 |
| DIE DRITTE KLIPPE: WORAUF ANTWORTE ICH? | 99 |
| IM ZEITRAFFER | 101 |

Üben Sie, in Beziehung zu sein! 102

| | |
|---|-----|
| SCHLUSS MIT DER PARTNERSUCHE! | 103 |
| SUCHEN SIE BEGEGNUNGEN! | 104 |
| EXPERIMENTIEREN SIE ZWANGLOS! | 105 |
| WUNDE PUNKTE FINDEN | 107 |
| MACHEN SIE DEN WUNDE-PUNKTE-TEST! | 109 |
| MIT DEM WUNDE-PUNKTE-WISSEN IN EINE BEGEGNUNG GEHEN | 111 |
| ENTWERFEN SIE VERSCHIEDENE DEUTUNGEN | 112 |
| DENKEN SIE SICH UNTERSCHIEDLICHE REAKTIONEN AUS | 116 |
| FANTASIEVOLLE GEDANKENSPIELE | 116 |
| ALTERNATIVE MÖGLICHKEITEN | 118 |
| TREFFEN SIE UNTERSCHIEDLICHE VORAUSSAGEN | 120 |
| SCHLIESSEN SIE OFFENE BEGEGNUNGEN AB | 123 |
| DEN WEG FREI MACHEN | 125 |
| IM ZEITRAFFER | 125 |

Die Kunst, ein Partner zu werden 126

| | |
|---|-----|
| ANREGUNGEN FÜR DIE SYMPATHIEPHASE | 127 |
| KONTAKTAUFNAHME FÜR SCHÜCHTERNE | 127 |
| KONTAKTAUFNAHME FÜR ENTSCLOSSENE | 130 |

| | |
|---|-----|
| HERAUSFORDERUNG 1: NEUGIERIG UND EHRlich SEIN | 130 |
| HERAUSFORDERUNG 2: FÜR GUTE BEGEGNUNGEN SORGEN | 132 |
| HERAUSFORDERUNG 3: ZIELLOSE BEGEGNUNGEN HABEN | 137 |
| HERAUSFORDERUNG 4: EINDRÜCKE AUSTAUSCHEN | 139 |
| ANREGUNGEN FÜR DIE KONTAKTPHASE | 144 |
| DIE HERAUSFORDERUNG: SORGEN SIE FÜR INTERESSANTE | |
| ERFAHRUNGEN! | 145 |
| BEREITEN SIE SICH AUF KONTAKTE VOR! | 151 |
| ANREGUNGEN FÜR DIE ANBAHNUNGSPHASE | 157 |
| EINE BEWUSSTE ENTSCHEIDUNG? | 159 |
| LASSEN SIE DIE DINGE GESCHEHEN! | 161 |
| BRINGEN SIE SICH EIN – OFFENBAREN SIE SICH! | 167 |
| WUNDERN SIE SICH WEITERHIN UND TAUSCHEN SIE SICH AUS! | 171 |
| STAUNEN SIE WEITERHIN UND BLEIBEN SIE DUMM GENUG! | 174 |
| WENN EINE BEZIEHUNG ANGEFANGEN HAT | 178 |
| VORSICHT BEI HARMONIE UND KOMPROMISSEN! | 178 |
| LIEBE IST NICHT VERHANDELBAR | 181 |
| VON HERZEN SCHENKEN | 182 |
| SELBSTOFFENBARUNG ALS BEZIEHUNGS AUSLÖSER | 182 |
| VERLETZUNGEN GEHÖREN DAZU | 185 |
| WENN DER HAUSSEGGEN SCHIEF HÄNGT | 186 |
| IM ZEITRAFFER | 188 |
| | |
| NACHWORT | 190 |
| ZUM NACHSCHLAGEN | 191 |
| IMPRESSUM | 192 |