

Inhalt

Vorwort	9
1. Wermutstropfen und Champagner Die ganz normale Krise in der Lebensmitte und was sie von uns will	11
2. Endlich ernten! Was Sie schon alles gemeinsam geschafft haben und warum Sie darauf stolz sein sollten	33
3. Auf Entdeckungsreise Warum eine Beziehungsinventur jetzt sinnvoll ist und wie Sie in 10 Schritten die Beschaffenheit Ihrer Partnerschaft erkunden	53
4. Vertrauensbrüche und andere Altlasten Warum Kränkungen in der Liebe unvermeidbar sind und wie Sie clever damit umgehen	77
5. Lieben und Streiten für Fortgeschrittene Wie Paare ihre Grundkonflikte lösen und warum Harmonie überbewertet wird	96
6. Mehr Ich + mehr Du = mehr Wir! Wie man gemeinsam wächst. Und warum Sex besser wird, wenn wir älter werden	116
7. Abschied und Aufbruch Was man aus einer Trennung lernen kann. Und warum es für das Glück zu zweit nie zu spät ist	143

Anhang	155
Anmerkungen	155
Literatur	156