

# Inhalt

<b>Vorwort zur deutschen Ausgabe von Dr. Breuer . . . . .</b>	<b>7</b>	
<b>Vorwort . . . . .</b>	<b>11</b>	
<b>Einführung: Das Beziehungs-Credo . . . . .</b>	<b>12</b>	
<b>1. Jeder hat Beziehungen . . . . .</b>	<b>16</b>	
Was ist für gute und was ist für schlechte Beziehungen verantwortlich? . . . . .	17	
Macht und Autorität . . . . .	19	
<b>2. Beziehungsprobleme . . . . .</b>	<b>25</b>	
Eheleute, Partner und was schief laufen kann . . . . .	26	
Eltern und Kinder . . . . .	29	
<b>3. Vorbeugende Maßnahmen . . . . .</b>	<b>33</b>	
Mein Weg zur Vorbeugung . . . . .	35	
Vorsicht ist besser . . . . .	38	
<b>4. Was Macht in Beziehungen anrichtet . . . . .</b>	<b>41</b>	
<b>5. Ein Grundriss für gute Beziehungen . . . . .</b>	<b>46</b>	
Die bewegliche Linie . . . . .	51	
<b>6. Intakte Beziehungen herstellen . . . . .</b>	<b>54</b>	
Feedback, das nicht wirkt . . . . .	60	
Fünf-Werkzeuge des Zuhörens . . . . .	62	
Die Retter-Falle vermeiden . . . . .	65	
Rückblick: Wer hat eigentlich das Problem? . . . . .	66	
<b>7. Aktives Zuhören – oder:     So zuhören, dass sich andere verstanden fühlen</b>	<b>69</b>	
Fehler beim Zuhören . . . . .	71	<b>5</b>

<b>8. So sprechen, dass mich andere verstehen können</b> .....	<b>81</b>
Konfrontation .....	83
Ein Wechsel des Personalpronomens .....	84
Bleiben Sie auf dem Laufenden .....	86
Verhalten .....	87
Ärger .....	88
Ungeeignete Botschaften .....	89
Mit Widerstand umgehen .....	90
Lob .....	93
Vorbeugende Botschaften .....	95
Erstaunliche Belohnungen .....	96
<b>9. Konfliktlösungen ohne Verlierer</b> .....	<b>98</b>
Probleme lösen .....	100
Die Keiner-verliert-Methode .....	101
<b>10. Umgang mit unterschiedlichen Werten</b> .....	<b>110</b>
Der Raucher .....	111
Beratung .....	114
Vorbildliches Verhalten .....	116
Das Werte-Fenster .....	119
<b>11. Gründe für Optimismus</b> .....	<b>122</b>
Lehrerausbildung .....	123
Wirtschaft .....	124
Die Ausbreitung der Demokratie .....	128
<b>12. Fragen und Antworten</b> .....	<b>134</b>
Nachtrag .....	151
<b>Literatur</b> .....	<b>154</b>
<b>Ergänzende Literatur in deutscher Sprache</b> .....	<b>155</b>