

Inhalt

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

| | |
|--|------------|
| 8. So sprechen, dass mich andere verstehen können | 81 |
| 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 |
| 9. Konfliktlösungen ohne Verlierer | 98 |
| Probleme lösen | 100 |
| Die Keiner-verliert-Methode | 101 |
| 10. Umgang mit unterschiedlichen Werten | 110 |
| Der Raucher | 111 |
| Beratung | 114 |
| Vorbildliches Verhalten | 116 |
| Das Werte-Fenster | 119 |
| 11. Gründe für Optimismus | 122 |
| Lehrerausbildung | 123 |
| Wirtschaft | 124 |
| Die Ausbreitung der Demokratie | 128 |
| 12. Fragen und Antworten | 134 |
| Nachtrag | 151 |
| Literatur | 154 |
| Ergänzende Literatur in deutscher Sprache | 155 |