

# INHALT

## VORWORT 7

## KAPITEL EINS

DÜRFEN WIR UNSEREN PARTNER VERÄNDERN? 9

## KAPITEL ZWEI

WIESO MEHR FRAUEN IHRE MÄNNER ÄNDERN WOLLEN  
ALS MÄNNER IHRE FRAUEN 21

## KAPITEL DREI

WIESO WIR SCHEITERN, WENN WIR VERSUCHEN  
DEN PARTNER ZU ÄNDERN 33

## KAPITEL VIER

WIESO BEZIEHUNGSGESPRÄCHE PARTNERSCHAFTEN  
RUINIEREN 41

## KAPITEL FÜNF

WIESO KRITIK EINER PARTNERSCHAFT SCHADET 53

## KAPITEL SECHS

WIESO WUTAUSBRÜCHE EINE LIEBE ZERSTÖREN 67

## KAPITEL SIEBEN

NUTZEN SIE DIE POSITIVITÄT 91

## **KAPITEL ACHT**

MACHEN SIE KLARE ANSAGEN **117**

## **KAPITEL NEUN**

ZEIGEN SIE SYMPATHIE **141**

## **KAPITEL ZEHN**

BELOHNEN SIE EINANDER **153**

ALLE REGELN AUF EINEN BLICK **161**

## **NACHWORT**

DIE ZUKUNFT DER LIEBE **163**

## **ANHANG**

QUELLEN UND WEITERFÜHRENDE LITERATUR **169**