

Inhalt

Einführung	11
Die kleine Liebe und die große Liebe	21

TEIL I

Bindung	42
Commitment	57
Partnerschaft	70
Wohlwollen	88

TEIL II

Kommunikation	98
Konfliktfähigkeit	117
Zuwendung	133
Nähe	149

TEIL III

Gefühle	168
Erotik	184
Sexualität	199
Intimität	214

TEIL IV

Selbst	228
Achtsamkeit	241
Macht und Dominanz	255
Autonomie	269

TEIL V

Verletzlichkeit.	286
Experimente – Übungen, Aufgaben, Möglichkeiten zum Download	299
Danksagung.	301
Literaturverzeichnis	303
Anmerkungen	310
Register	313