

Inhalt

Einleitung	9
Glückliche Paare – unglückliche Paare	10
Davonlaufen geht nicht	11
Gegenwind für die Liebe	12
„Wer passt zu mir? Das wüsste ich auch gerne!“ ...	15
Steuern Sie Ihr Lebensschiff selbst	17
 Teil 1: Verantwortung	19
Der Mythos Dornröschen	19
Lassen Sie sich nicht finden!	22
Wie Männer nach einer Partnerin suchen	25
Ein Wort an die Männer	27
Warum wir die Verantwortung scheuen	28
Freiheit – eine Lebensaufgabe	29
Sechs Strategien beim Ablehnen von Verantwortung	32
Wie Sie die Verantwortung übernehmen	39
Erste Strategie: Finden Sie heraus, wie Sie sich vor der Verantwortung drücken	40
Zweite Strategie: Werden Sie Realist – tragen Sie Ihren Fernseher in den Keller	42
Dritte Strategie: Sorgen Sie für neue Erkenntnisse – lesen Sie psychologische Bücher	43
Vierte Strategie: Tauchen Sie ein in die Welt der realen Liebe – sammeln Sie Liebesgeschichten	45
Abschied vom Kontinent Verantwortung	48

Teil 2: Selbsterkenntnis	50
Warum Selbsterkenntnis hilft	50
Erkenne dich selbst!	52
Wie wir Selbsterkenntnis erreichen können	55
Erste Regel: Nachdenken hilft nicht	57
Zweite Regel: Gespräche mit Freunden helfen nicht	63
Dritte Regel: Nutzen Sie den fremden Blick	66
Vierte Regel: Wissen hilft – ist aber nur von begrenztem Nutzen	73
Fünfte Regel: Vergangenheitserforschung hilft – ist aber nicht alles	79
Sechste Regel: Unsere Stärken zählen – und nicht unsere Schwächen	87
Siebte Regel: Das Handeln zählt – nicht die Worte	91
Abschied vom Kontinent Selbsterkenntnis	99
 Teil 3: Passen	100
Wie Sympathie entsteht	103
Das erste Gesetz der Sympathie	104
Das zweite Gesetz der Sympathie	105
Das dritte Gesetz der Sympathie	107
Warum Gegensätze sich auch anziehen können	108
Die Dinge in der Schwebe halten	110
Die sechs Ebenen der Partnerwahl	112
Erste Ebene: Aussehen	113
Zweite Ebene: Bildung	125
Dritte Ebene: Interesse	126
Vierte Ebene: Soziales Milieu	127

Fünfte Ebene: Weltbild	131
Sechste Ebene: Charakter	132
Abschied vom Kontinent Passen	142

Teil 4: Menschenkenntnis 144

Beim nächsten Mann wird alles anders	144
Wie der menschliche Charakter entsteht	146
Die Macht der sozialen Vererbung	147
Unsere inneren Drehbücher	148
Gibt es Kriterien dafür, wer zu mir passt?	151
Die Arbeit	152
Die Herkunftsfamilie	160
Pflichtbewusstsein und Verantwortung	161
Verwöhnung	162
Introspektion – was weiß der andere über sich selbst?	165
Das Gespräch	170
Das gute Gespräch	171
Was das Gespräch uns über Menschen verrät	172
Indizien für ein schwaches Selbstwertgefühl	177
Werte	179
Abschied vom Kontinent Menschenkenntnis	183

Teil 5: Wählen 185

Wählen – nicht finden	185
Warum wir eine Wahl treffen sollten	186
Schwieriges Suchmuster 1: Keine Wahl treffen	188
Schwieriges Suchmuster 2: Der Partner soll ergänzen, was mir fehlt	190

Schwieriges Suchmuster 3: Der Partner soll auf keinen Fall Vater oder Mutter ähneln	194
Die gelungene Wahl	195
Abschied vom Kontinent Wählen	202
Nachwort	203
Bücher, die weiterhelfen	212