

# Inhalt

<b>Einleitung</b> .....	8
<b>Der Kodex und die Liebe</b> .....	12
<b>Modul 1: Die gute Vorbereitung</b> .....	15
Status quo .....	18
Was bisher geschah .....	20
Erkenne deine Muster und vermeide typische Fehler ..	33
Das Muster .....	33
Opfer, Täterin, Retterin – die drei Typen .....	39
Der Mensch ist ein Gewohnheitstier .....	57
Die zehn häufigsten Fehler beim Flirten .....	65
1. Du zeigst schon im Anfangsstadium zu viel Emotion .....	65
2. Du bist zu leicht zu haben .....	67
3. Du gibst zu viel zu früh .....	68
4. Du passt dich seinen Vorstellungen an und vergisst dabei, dir selbst treu zu bleiben .....	69
5. Du interpretierst sein Verhalten .....	70
6. Du lässt dich von deinen Freundinnen beraten und hörst zu sehr auf sie .....	71
7. Du brauchst ihn, um glücklich zu sein .....	72
8. Du erzählst ihm von deinen traurigsten Weihnachten .....	73

9. Du versuchst dich zu verstellen .....	73
10. Du lässt dir zu viel gefallen .....	74
Der Targetmarket – zielgruppenorientierte Werbung ..	75
Pimp up your life – mach das Beste aus deinem Leben!	78
<b>Modul 2: In freier Wildbahn .....</b>	<b>84</b>
Die vier verschiedenen Männertypen und die dazu passenden Frauentypen .....	84
Der Player .....	85
Die Playette .....	86
Der Philosoph .....	87
Die Philosophin .....	89
Der Manager .....	90
Die Managerin .....	92
Der Held .....	93
Die Helden .....	95
Welcher Typ ist er – drei Fragen, vier Charaktere ..	96
Die zehn Phasen des Kennenlernens .....	100
Die Attraktivitätsskala .....	100
Die Interessenskala .....	101
Phase 1: Die Kontaktaufnahme .....	103
Phase 2: Das erste Gespräch .....	110
Phase 3: Sehen wir uns wieder? .....	124
Phase 4: Er meldet sich .....	129
Phase 5: Das erste offizielle Date .....	134
Phase 6: Die Dates zwei bis fünf .....	141
Phase 7: Sex, endlich! .....	149

Phase 8: Weitere Nächte . . . . .	154
Phase 9: Gemeinsame Wochenenden . . . . .	160
Phase 10: Jetzt ist es fix! . . . . .	163
Beziehungsleben: Die sechs Grundbedürfnisse nach Anthony Robbins . . . . .	165
<b>Ausklang . . . . .</b>	<b>172</b>