

Inhalt

Einleitung	8
Der Kodex und die Liebe	12
Modul 1: Die gute Vorbereitung	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

Modul 2: In freier Wildbahn 84

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 Heldin	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
Ausklang	172