

Vorwort zur deutschen Ausgabe von Jürg Willi	9
Dank	13
Einleitung	17
I. Die Grundlagen	27
1. Niemand ist zu Beginn einer Paarbeziehung beziehungsfähig – das werden wir erst in der Beziehung selbst	29
2. Differenzierung: Die Entwicklung des bezogenen Selbst	63
3. Ihr sexuelles Potential: Starkstromsex	90
4. Intimität ist nichts für Zaghafte	120
5. Sexuelles Verlangen: Begehrten wollen	152
II. Instrumente für das Zueinanderfinden	187
6. Umarmung bis zur Entspannung	189
7. Liebe und Vorspiel sind nur blind, wenn Sie das unbedingt wollen	226
8. Orgasmus mit offenen Augen: Kontaktaufnahme beim Sex	254
9. Wo ist Ihr Kopf beim Sex? Die mentalen Dimensionen der sexuellen Erfahrung	287
10. Erotik in der Paarbeziehung: Von der Theorie zur Praxis	312
III. Erkenntnisse zur Paarbeziehung	341
11. Zweier-Dilemmata und der normale Sadismus in der Paarbeziehung ..	343
12. Festhalten am eigenen Selbst: Wie man die Feuerprobe übersteht	379
13. Paare in der Feuerprobe: Die kritische Masse	415
14. Sexualität, Liebe und Tod	448
Hinweise zu Therapiemöglichkeiten	479
Anmerkungen	481
Register	499
Der Autor	512