

# INHALT

## 9 VORWORT

## 13 I WIDERSPRÜCHE

- 22 Die Lösung ist, dass es keine Lösung gibt
- 25 Du kannst entweder Recht haben  
oder verheiratet sein
- 28 Dich beruhigt, was mich beunruhigt
- 30 Hilflosigkeit kann helfen
- 33 Gegensätze vom Gleichen ziehen sich an
- 35 Macht ist die Vermeidung von Ohnmacht
- 37 Was Paare zusammenbringt, bringt sie  
auch wieder auseinander

## 41 II BINDUNG

- 52 Beziehungen heilen
- 54 Wer nur abwehrt, liebt verkehrt
- 56  $1 + 1 = 1$
- 58 Angriff ist der Wunsch nach Nähe
- 61 Trennen verbindet
- 64 Wenn es hoch hergeht, geht gar nichts mehr
- 67 Jedem Ende wohnt ein Anfang inne

### **71 III COMMITMENT**

- 84 Verlass das Spielfeld nicht
- 86 Krisen bilden Wurzeln
- 88 Die Beziehung geht immer vor
- 91 Eine Beziehung steht niemals still
- 94 Liebe braucht Zeit
- 97 Schuld hat, wer Schuld sucht
- 99 Wer den Partner kennt, verkennt ihn
- 101 Wenn nicht jetzt, wann dann?
- 103 Ein Kompromiss ist keine Selbstaufgabe
- 105 Die Liebe ist kein Büro
- 108 An der Quelle ist der Fluss am reinsten

### **111 IV LIEBESVORSTELLUNGEN**

- 123 Verstehen heißt nicht einverstanden sein
- 126 Lieb sein ist keine Liebe
- 129 Ich bin nicht du
- 132 Liebende sind keine Hellseher
- 135 Meine Liebe ist nicht deine Liebe
- 137 Humor ist nicht immer witzig
- 139 Nicht gut machen, wiedergutmachen
- 141 It takes two to tango – aber nur einen, um aus dem Takt zu kommen
- 144 Misstrauen schafft Vertrauen

## **V SEXUALITÄT**

- 162 Sex braucht Sicherheit
- 164 Sex ist nicht gleich Sex
- 166 Beim Sex geht es selten um Sex
- 169 Sex geschieht nicht von alleine
- 172 Nein gewinnt
- 175 Affären sind überlebbar

## **VI KOMMUNIKATION**

- 193 Klären lässt sich nur die Gegenwart
- 196 Kein und aber
- 199 Besprochen ist nicht entschieden
- 202 Warum immer immer schief geht
- 205 In der Liebe gibt es keine Kleinigkeiten
- 207 Die anderen sind die anderen
- 210 Rede weniger

## **VII FRAU UND MANN**

- 224 Blaumann oder Rotwein?
- 226 Die Antwort ist Verantwortung
- 229 Überforderung führt zu Forderung

## **NACHWORT**

- 236 ANMERKUNGEN
- 237 DANK
- 238 BIBLIOGRAFIE