

Inhalt

Prolog: »Ask Alice! Steh' ich auf den falschen Männertyp?«	7
Einleitung	9
Mein Beschluss	13
Die Schattentheorie von C. G. Jung	15
Wenn starke Frauen sich verlieben	25
Der Schatten des (halb-)starken Mannes	69
Schattendiagnostik	69
Meine Schatten und der, den ich nicht habe	75
Der komplementäre Schatten	83
Der Schattenworkshop	91
Die Teilnehmer	98
Die persönliche Schattenfigur	103
Die Schattenintegration	125
Den Schatten anwenden	145
Für das Unbewusste: Priming	146
Mit Rambo und den Primes unterwegs	155
Für den Verstand: Wenn-dann-Plan	160
Ein Wenn-dann-Plan für Rambo	163
Epilog: So können starke Männer starke Frauen lieben . .	169
Was sagt die Forschung? (Gilda Giebel)	177