

Inhalt

Einleitung: Liebe Deine(n) Partner(in) 9

Teil eins

1. Scheidung ist die falsche Reaktion 27
2. Illusionen führen zur Auf-Lösung 43
3. Die Lösungsorientierte Kurzzeit-Therapie und wie sie hilft – rasch 80

Teil zwei

4. Dazu gehört nur einer: Ändern Sie Ihre Ehe, indem Sie sich selbst ändern 125
5. Machen Sie eine Gewohnheit daraus: Feststellen von positiven Verhaltensmustern 149
6. Gewohnheiten aufgeben: Abstellen destruktiver Verhaltensmuster 182
7. Das Streben nach eigenem Glück bewirkt einen Wandel 241

Teil drei

8. Aufrechterhalten der Veränderungen 265
9. Hat der Kampf um meine Ehe Erfolg? 281
10. Abschiedsworte 297

Dank 302

Auswahlbibliographie 303

Empfohlene Literatur 306

Stichwortverzeichnis 307