

INHALT

Fast schon zu spät	7
Vorwort	9

Teil I

Die Grundlage für eine bessere Ehe	11
1. Eine dauerhafte Beziehung ist kein Produkt des Zufalls	13
2. Acht Beispiele, wie Männer ihre Frauen verletzen	21
3. Warum Männer so und nicht anders handeln	33
4. Wie Sie Ihrem Mann helfen können, sensibler zu werden	43
5. Wie Sie Ihren Mann dazu motivieren können, Ihnen zuzuhören	51
6. Wie Sie Ihren Mann dazu bewegen können, sich zu ändern	65

Teil II

Die Bausteine für eine bessere Ehe	91
7. Was Sie tun können, damit Ihr Mann mehr Zeit mit Ihnen verbringen möchte	93
8. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Ihnen seine beständige und ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt	121
9. Was Sie tun können, damit Ihr Mann aufmerksam wird auf Ihre emotionalen Bedürfnisse und Wünsche	131

10. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Sie tröstet und versteht, anstatt Sie zu belehren und zu kritisieren	143
11. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Ihre Korrektur annimmt, ohne eine Defensivhaltung einzunehmen	151
12. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Sie schätzt und lobt	161
13. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Verantwortung für die Kinder und den Haushalt übernimmt	173
14. Was Sie tun können, damit Ihr Mann Ihre materiellen Bedürfnisse gerne erfüllt	185
15. Was Sie tun können, damit die Liebe Ihres Mannes zu Ihnen vertieft wird	195
16. Was Sie tun können, um der beste Freund Ihres Mannes zu werden	209
Schlussbemerkungen	219