

Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|-----|
| Einführung | 9 |
| 1. Bestimmen Sie Ihr Vertrauensniveau | 19 |
| 2. Die drei Zonen | 45 |
| 3. »Ich wollte nicht, dass das passiert ...« – Warum Partner fremdgehen | 72 |
| 4. Männer, Pornografie und sexuelles Verlangen | 95 |
| 5. Zehn weitere Arten, den Partner zu betrügen | 103 |
| 6. Vertrauen und Abstimmung zwischen den Partnern | 126 |
| 7. Abstimmung oder Aneinander-vorbei-Reden? Die Kunst des intimen Gesprächs | 135 |
| 8. Sich einander zuwenden | 146 |

| | |
|---|-----|
| 9. Große und kleine Konflikte bewältigen | 157 |
| 10. Seitensprung – was nun? | 206 |
| 11. Durch intimen Sex Verbundenheit schaffen | 244 |
| 12. Wann eine Beziehung keine Zukunft mehr hat ... | 283 |
| 13. Wieder Vertrauen lernen: eine lebensrettende Fähigkeit | 318 |
| 14. Was ist wahre Liebe? | 331 |

Anhang 1:

| | |
|--|-----|
| Formulierungsvorschläge für das intime Gespräch (Kapitel 7) | 344 |
|--|-----|

Anhang 2:

| | |
|--|-----|
| Gottmans Werkzeugkasten für schwelende Konflikte: Wie Sie Kränkungen und verletzte Gefühle reparieren können (Kapitel 9) | 351 |
|--|-----|

Anhang 3:

| | |
|--|-----|
| Warum manche Paare keinen Sex mehr haben – und wie sie ihr Sexleben wieder in Schwung bringen können: eine spieltheoretische Analyse | 358 |
|--|-----|

| | |
|------------------|-----|
| Anmerkungen..... | 375 |
|------------------|-----|

| | |
|------------|-----|
| Dank | 377 |
|------------|-----|

| | |
|----------------------|-----|
| Autorenangaben | 382 |
|----------------------|-----|