

Inhalt

Vorwort	9
---------------	---

I. Denkvoraussetzungen

Das Anlagen-Modell Unfähigkeiten erkennen, um fähig werden zu können	13
Die Kollektivneurose und ihre Auswirkungen auf die Partnerschaft	22
Sieben Gründe, warum es in der Kollektivneurose keine gute Partnerschaft oder Ehe geben kann	33
Die Ungeeignetsten gieren am meisten nach einer Beziehung	53

II. Status quo

Bewußte und unbewußte Partnerwahl	59
Kriterien der Partnerwahl	68
Phantompartner	72
Wie Gefühle die Partneranziehung beeinflussen	85
Partneranziehung nach dem Gesetz der Wiederkehr des Verdrängten	97
Partnerschaftsanalyse	106
<i>Schon vergeben:</i> Verheirateter oder bereits gebundener Partner	115

<i>So weit weg:</i> Partner, der weit entfernt wohnt	123
<i>Komplott:</i> Partner, der aus einer früheren Beziehung ein Kind hat	126
<i>Überdreht:</i> Hysteriker als Partner	131
<i>Benebelt:</i> Raucher als Partner	135
<i>Handicap:</i> Partner mit einem Manko	140
<i>Pulverfaß:</i> Choleriker als Partner	145
<i>Niete:</i> Versager als Partner	149
<i>Flasche:</i> Trinker als Partner	153
<i>Zurückgeblieben:</i> Partner, der sich auf einer anderen Bewußtseinssebene befindet	157
<i>Rücksichtslos:</i> Partner als Zeiträuber	163
Ins Schicksal des anderen hineingezogen werden	172
Soll man jedes Schicksal, das mit dem Partner verbunden ist, annehmen?	179
Vorteile des Zusammenlebens und des Single-Daseins .	182

III. Lösungsmöglichkeiten:

Das eigene Gewissen umpolen	194
Die eigenen Gefühle umpolen	214
Wie man seine Partneranziehung verbessert	218
Für den Partner einen Platz schaffen	225
Sich eine Zweitbeziehung zulegen	230
Sein eigener Partner werden	242

Wahre Liebe finden durch das Ausbilden von Anlagen	247
Fähig werden für eine wirklich gute Beziehung	251
Bibliographie	254

Verzeichnis der Grafiken und Tabellen

Fähigkeiten für eine erfolgreiche Partnerschaft	19
Das Labyrinth der Kompensation	27
Die sieben Phasen der Identifikation	51
Defizite und Erwartungshaltungen	75
Folgeerscheinungen des Phantomparkers	80
Anlagen, irreale und reale Gefühle	86
Irreale Gefühle und Partneranziehung	92
Wiederkehr des Verdrängten	101
Checkliste für den Zeitschutz	169
Vorteile des getrennt Wohnens	188
Vorteile des Zusammenlebens	190
Das Netz der Weltprobleme	196
Moral und Konvention	200
Gesetzeskodex des Lebens	204
Lebenszeit-Sparplan	229
Team für die Frau	232
Team für den Mann	233