

# Inhalt

Einführung 9

I Hoffnungslose Abhängigkeit: Eine Definition 16

II »Wie bin ich nur so geworden?« 41

III Sexuell unabhängig werden 65

IV Lernen, gern allein zu sein 88

V Meine besten Freunde sind Frauen 112

VI Meine besten Freunde sind Männer 135

VII Das Geld und Ihre Karriere: Wie Sie finanziell  
selbständiger werden können 153

Schlußbetrachtung 169

Danksagungen 172

Literaturhinweise 174