

JOHN GRAY

Männer
sind anders.

Frauen
auch.

Aus dem Amerikanischen übersetzt
von Matthias Schossig

GOLDMANN VERUG

Inhalt

Danksagung	11
Einleitung	15
1. Männer stammen vom Mars, Frauen von der Venus .	25
Der Zauber der Liebe · Guter Wille allein ist nicht genug!	
2. Männliche Lösungsmodelle und weibliche Verbesserungsvorschläge	30
Eigenheiten der Marsianer · Eigenheiten der Venusianerinnen · Hören Sie auf, Männern Ratschläge zu erteilen! · Lernen Sie zuzuhören! · Wie man mit liebenswerten Eigenheiten kreativ umgehen kann	
3. Die geheimen Mittel gegen den Streß	45
Die Höhle als Zufluchtsort · Das befreiende Gespräch · Von- einander lernen	
4. Wie motiviert man das andere Geschlecht?	59
Wenn ein Mann liebt... · Eine Frau, die liebt... · Wie man die Waage hält zwischen Geben und Nehmen · Nehmen lernen · Geben lernen	
5. »Du kannst mich einfach nicht verstehen!«	77
Gefühle ausdrücken oder Fakten vermitteln? · Die Sprache der Frauen · Die Sprache der Männer · Gemeinsame Schritte auf dem Weg zu einer besseren Kommunikation	

- 6. Männer sind wie Gummibänder** **110**
- Pendeln zwischen Nähe und Autonomie · Zeit, mit ihm zu sprechen · Wenn Männer schweigen · Ein Mann braucht seine Höhle · Respektvoller Umgang mit den Bedürfnissen des Partners
- 7. Frauen sind wie Wellen** **129**
- Wie Männer auf die Welle reagieren · Das reinigende Wellental · Wenn sie im Wellental und er in der Höhle ist · Kein Freikauf aus dem Auf und Ab der Welle! · Die guten wie die schlechten Tage annehmen
- 8. All die Liebe, die Sie brauchen** **149**
- * Die zwölf Arten der Liebe · Der edle Ritter · Die Kunst, den Partner nicht zu vergraulen · Warum Männer sich nicht ändern wollen
- 9. Wie man Streit vermeidet** **169**
- Was geschieht, wenn wir unstreiten? · Vier Strategien, um sich vor Verletzungen zu schützen · Warum wir unstreiten · Die Anatomie eines Streits · In schwierigen Zeiten zusammenstehen
- 10. Punkte sammeln beim anderen Geschlecht** **199**
- Kleine Ursache – große Wirkung · Sieben und siebenzig Methoden, um bei einer Frau Punkte zu sammeln · Aufmerksamkeit in neue Bahnen lenken · Wenn Frauen keine Punkte geben · Warum Männer weniger geben
- 11. Wie teile ich meine schwierigsten Gefühle mit? – Die Liebesbrieftechnik** **229**
- Erster Schritt: Schreiben Sie einen Liebesbrief · Zweiter Schritt: Einen Antwortbrief schreiben · Dritter Schritt: Lesen Sie Ihren Liebesbrief und die Antwort darauf gemeinsam mit Ihrem Partner · Eine sichere Atmosphäre für Liebesbriefe · Miniliebesbriefe · Wann man einen Liebesbrief schreiben sollte · Warum wir Liebesbriefe schreiben müssen · Werden Sie aktiv!

12. Wie manum Unterstützung bittet und sie auch erhält

Warum Frauen nicht fragen • Erster Schritt: Um das bitten, was Sie bereits bekommen • Zweiter Schritt: Üben Sie, um mehr zu bitten • Dritter Schritt: Positives Fragen

13. Den Zauber der Liebe lebendiger halten

Warum Beziehungen manchmal »verrückt spielen« • Die Müll-eimertheorie • Die Neunzig-Prozent-Regel • Ein heilender Brief • Der Grund für Ihren Ärger liegt nicht dort, wo Sie ihn vermuten • Der Spätzünder • Warum wir süchtig sind • Der Wechsel der Jahreszeiten in der Liebe