

Allan Guggenbühl

///''''s C ;  
j> . f 4;  
/ - CV

# Hast du mal Zeit für einen Streit?

Wie Männer und Frauen  
fair miteinander streiten

**HERDER TJJ**

FREIBURG • BASEL WIEN

# Inhalt

<b>Das Problem des Streits zwischen Partnern</b> . . . . .	9
Das trügerische Selbstbild . . . . .	11
Kinder, Treue, Geld: Anlässe zum Streit . . . . .	17
Keine Trennung der Territorien mehr. . . . .	25
Wut und Zorn . . . . .	27
Verbale Gemeinheiten. . . . .	30
Schattenkämpfe. . . . .	31
<b>2</b>	
<b>Was Männer gegen Frauen haben</b> . . . . .	34
Persönliche Kontakte als Machtmittel. . . . .	35
Beziehungsinformation als Lebenselixier. . . . .	38
Freude am Zelebrieren von Problemen. . . . .	41
Harmonieterror. . . . .	43
Von unechten Gefühlen. . . . .	46
Launische Wesen. . . . .	47
Meinungen statt Debatten. . . . .	48
<b>3</b>	
<b>Was Frauen gegen Männer haben</b> . . . . .	49
Sind Männer eine Enttäuschung?. . . . .	49
Blind für Beziehungssignale. . . . .	51
Balzrhetorik. . . . .	53
Übergroßes Ego. . . . .	55

Gefühlskrüppel . . . . .	55
Weinen tun sie immer bei der falschen Frau . . . . .	57
Veränderungsresistenz . . . . .	58

#### 4

<b>Unterschiede zwischen den Geschlechtern . . . . .</b>	<b>61</b>
Orientierung am Menschen oder	
Orientierung am System? . . . . .	73
Prahlerci und Klatsch . . . . .	80
Freizeitgestaltung: Sensation versus Risiko. . . . .	86
Sprachstile. . . . .	94
Gefühle. . . . .	102
Sinn für Details. . . . .	104
Komplementarität . . . . .	105

#### 5

<b>Von den romantischen Illusionen zur Realität . . . . .</b>	<b>106</b>
Romantischer Schwebezustand. . . . .	110
Das Interesse an der Vergangenheit	
des anderen. . . . .	114
Verborgene Eigenschaften des Partners. . . . .	116
Anlässe zu Konflikten. . . . .	117
Streit als Überlastungssymptom. . . . .	119
Die Qualität eines Streits. . . . .	121
Wenn die Emotionen regieren. . . . .	123
Beschränkter Horizont . . . . .	124
Vorzeichen eines Konflikts. . . . .	126
Das Selbstbild als Schutz. . . . .	130
Erste Phase: Kleine Sticheleien und Irritationen. . . . .	134
Zweite Phase: Offene Streitigkeiten. . . . .	138
Dritte Phase: Wüste Worte und Verhärtungen....	143
Vierte Phase: Vom Streit zur handfesten	
Beziehungskrise. . . . .	148
Beziehungsabbruch oder Neuanfang?. . . . .	157
Verletzlichkeit. . . . .	158
Wege aus der Opferfalle. . . . .	159

## 6

<b>Aufbruch zur Versöhnung</b> . . . . .	.161
Archetypische Dramen. . . . .	.167
Vom Scheitern an der Sinnfrage. . . . .	.169
Das Fremde akzeptieren. . . . .	.172
Nicht nur Liebschaft - auch Freundschaft . . . . .	.174
Mut zur liebevollen Auseinandersetzung . . . . .	.177
Rituale. . . . .	.178
Die Neue Höflichkeit . . . . .	.183
<b>Anmerkungen</b> . . . . .	.184