

Wolfram
Zurhorst

Der Beziehungs- Retter

WIE SIE EINFACH
ÜBERRASCHENDE
LÖSUNGEN FINDEN

Unter Mitarbeit
von Tatjana Blobel



arkana

Inhalt

Vorwort: Weichei oder Mann? von Sabrina Fox	15
Prolog: Gute Unterhaltung – schlechte Verbindung Sie: »Ich muss mal.« Er: »Das kann nicht sein!«	23
Einleitung: Wie wäre es mit einem Aha-Erlebnis in Ihrer Ehe?	25
Abenteuer oder Alltag? Er: »Ich kann hier nicht der sein, der ich eigentlich bin.« Sie: »Ich stecke immer zurück.«	31
Guter Sex geht nur gemeinsam Er: »Das Ei war zuerst da!« Sie: »Nein, es war das Huhn!«	43

Freizeit oder Falle? Vom alltäglichen Aneinandervorbeileben 51

Sie: »Hast du das Ladegerät vom iPad?«

Er: »Da ist ein lustiger Film auf YouTube. Musst du sehen!«

Vertrauen ist gut, echtes Vertrauen ist besser 59

Sie: »Warum kannst du meine Nähe nicht ertragen?«

Er: »Was willst du eigentlich von mir?«

Rollen und Muster 71

Er: »Ich muss hier weg!«

Sie: »Ich weiß genau, was du fühlst.«

Sich abnabeln 83

Sie: »Deine Mutter mischt sich in alles ein.«

Er: »Und deine macht uns ständig ein schlechtes Gewissen.«

Geld oder Liebe 87

Er: »Dir gehört hier gar nichts!«

Sie: »Immer geht's dir nur um das verdammte Geld!«

Zauber oder Zuwendung 101

Er: »Du hast doch gerade erst die schöne Tasche bekommen ...«

Sie: »Ich will keine Tasche, ich will dich!«

Rückzug und Klammern	107
Er: »Dann trennen wir uns halt.«	
Sie: »Aber ich liebe dich doch.«	
Vorsicht vor Vampiren!	117
Sie: »Ich fühle mich völlig ausgesaugt.«	
Er: »Aber ich trage dich doch auf Händen.«	
Feiern ohne Ende?	123
Er: »Ich will doch nur ein bisschen Spaß haben.«	
Sie: »Auf Partys erkenne ich dich nicht wieder.«	
Wut und Sprachlosigkeit	131
Sie: rastet aus	
Er: hält die Fassung und die Luft an	
Gegner oder Sparringspartner?	137
Er: »Du lebst wohl in Fantasialand.«	
Sie: »Ne. Im Gegensatz zu dir bin ich verheiratet.«	
Fremdgegangen – und nun?	141
Sie: »Das verzeihe ich dir nie.«	
Er: »Ich konnte es dir doch sowieso nie recht machen.«	

- Eltern werden, ein Paar bleiben** 157
Sie: »Du machst sowieso nur dein Ding!«
Er: »Du hast keine Ahnung, was bei mir im Job eigentlich los ist.«
- Eheliche Pflichten?** 167
Sie: »Unsere Beziehung ist am Ende.«
Er: »Wieso? Wir haben doch regelmäßig Sex.«
- Krise und Kinder** 173
Sie: »Wir müssen es den Kindern sagen!«
Er: »Lass die Kinder da raus!«
- Kein Paar mehr, aber immer noch Eltern** 179
Er: »Mutterliebe? Sie benutzt die Kinder doch nur.«
Sie: »Auf ihn ist sowieso kein Verlass.«
- Wenn die Kinder aus dem Haus gehen** 185
Sie: »Wir müssen uns ganz neu finden.«
Er: »So ein Blödsinn. Du bist einfach nicht ausgelastet.«
- Endstation kalter Krieg** 191
Sie: »Du bist doch mit deiner Firma verheiratet.«
Er: »Zu Hause fühle ich mich selten willkommen.«

Wenn nichts mehr geht: Mut zur Trennung	201
Sie: »Ich bin nicht deine Therapeutin.«	
Er: ...	
Wie es auch weitergehen kann	207
Sie: »ich mag die neue Freundin meines Exmannes.«	
Unter Frauen	211
»Viele Frauen sind mittlerweile auf einem komplett anderen Niveau als die Männer.«	
Unter Männern	213
»Meine Frau hat die Wechseljahre schon hinter sich. Aber der Frust ist geblieben.«	
Die acht goldenen Regeln der Kommunikation	215
Epilog: Aus den Eheanfängen der Zurhorsts	219
Sie: »Ich habe gerade ein tolles Buch über Beziehungen gelesen.«	
Er: »Aha.«	
Dank	221
Der Autor	223