

Inhalt

I.	Einleitung	8
II.	Der Beziehungs-Tank	14
III.	Wie Ihre Beziehung den Tank füllt	24
A.	Der Basis-Fragebogen	26
B.	Das Beziehungs-Struktur-Modell	30
1.	Erotik	32
2.	Emotionalität	37
3.	Rahmenbedingungen	43
4.	Unterstützung.....	48
5.	Interaktion.....	54
6.	Individualität.....	59
7.	Gesamtauswertung BSM	67
C.	Die Beziehungs-Phasen	71
1.	Die Verliebtheit	74
2.	Die Romantische Liebe	77
3.	Die Alltags-Liebe	79
4.	Die Lebensbegleitung	83
5.	Gesamtauswertung Phasen.....	85
D.	Typische Faktorenprofile	87
1.	Das Starter-Paar	88
2.	Die Erfüllte Liebe	89
3.	Das Alltags-Paar	90
4.	Das Versorgungs-Paar.....	91
5.	Ein Sonderfall.....	92
E.	Passung von Wunsch und Wirklichkeit	94
IV.	Wie Ihr Beziehungs-ICH den Tank steuert	102
A.	Der Beziehungs-ICH Fragebogen.....	104
B.	Die Dimensionen des Beziehungs-ICHs.....	106
1.	Prägung.....	107
2.	Kompetenzen	119
3.	Gesamtauswertung Beziehungs-ICH	139
V.	Wie Sie mit Strategien Ihren Tank steuern können.....	143
1.	Regulieren.....	147
2.	Erkennen und Bewerten	158
3.	Handeln	172
4.	Schlussbemerkung Strategien	191
VI.	Resümee und Ausblick.....	196