

Inhalt

Vorgeplänkel	11
Flirten – was ist das überhaupt?	17
<i>Was kennzeichnet einen Flirt?</i>	21
<i>Achtung beim »Spiel mit dem Feuer«</i>	23
<i>Gespür für Grenzen</i>	24
<i>Kann man Flirten lernen?</i>	27
Voraussetzungen fürs Flirten	31
<i>Zu sich selbst kommen</i>	34
<i>Einverstandensein mit sich selbst</i>	38
<i>Interesse am Menschen</i>	42
Mut zum Kontakt	47
<i>»Kontakten« lässt sich üben</i>	50
<i>Hindernisse auf dem Weg zum anderen</i>	55
Flirt als gemeinsames Spiel	63
<i>Flirten aus psychologischer Sicht</i>	66
<i>Gemeinsamer Spiel-Raum</i>	71
Entwickeln Sie Empfangsbereitschaft	76
<i>Intuition ist lernbar</i>	79
<i>Auf welcher Welle senden Sie?</i>	83

Der erste Schritt	91
<i>Anknüpfungspunkte</i>	93
<i>Wagen Sie sich hinaus</i>	102
Was hindert uns am Flirten?	110
<i>Ängste und Hemmungen</i>	112
<i>»Kopfgebilde«</i>	116
<i>Warum uns jemand ablehnt</i>	120
<i>Nehmen Sie es nicht persönlich</i>	123
<i>Wo gerate ich da bloß rein?</i>	125
Körpersprache	129
<i>Blickkontakt</i>	132
<i>Gebärdenspiel</i>	135
Anziehungskraft	141
<i>Wie werde ich für andere anziehend?</i>	144
<i>Wie wirke ich auf andere?</i>	149
Anregung durch andere	153
Entwicklung des Beziehungsbereichs	160
<i>Beziehungsnetz statt Abhängigkeit</i>	162
<i>Die Macht der Bilder</i>	165
Kultivieren Sie Ihren persönlichen Flirtstil	171
<i>Experimentieren Sie</i>	175
<i>»Schokoladenseiten«</i>	183
Flirtkiller	186
<i>Erwartungsdruck</i>	189
<i>Ungünstige Bedingungen</i>	194

Beziehungsgeflecht und »ewige Flirter«	198
»Wasch mir den Pelz, aber mach mich nicht naß!« .	201
Wie Beziehungen entstehen	204
Chancen	208
<i>Sich selbst kennenlernen</i>	213
<i>Freundlichkeit</i>	216
Literatur	221