

# Stichwortverzeichnis

## A

Affäre *siehe* Untreue  
Aggressivität 45, 66, 71, 75, 80, 273  
Alkohol 39, 72, 131, 159, 251  
Amokläufe 40  
Anerkennung 65, 82, 84, 187, 239, 259  
Anforderungen an Männer 34 f., 245 f., 248  
Angst 32, 58 f., 78, 143, 187, 259  
Autos 268 f., 272, 274

## B

Baummärkte 276, 280  
Belohnung 210, 259  
Berechenbarkeit 226, 238, 257  
Beruf 29, 42, 46, 238 f., 242, 251, 324  
    Arbeitsplatzverlust 243 f.  
    Gehalt 32, 239, 251, 259  
    Karriere 172, 237  
Beschützer 30, 116, 138, 142, 146, 171, 196  
Bewunderung 82 ff., 138, 187  
Beziehung *siehe* Partnerschaft  
Bier 321  
Brüste 101, 119, 199 f., 205, 226

## D

Dating 111, 121, 130, 132, 275, 280, 308, 315  
    Ansprechen 130 f.  
    Bindungswunsch 130, 139, 141  
    erster Eindruck 121  
    Gefühle 128, 141  
    Komplikationen 138 ff.  
    Sex 122 f., 125, 140  
Dominanz 45, 257, 274  
Durchsetzungsfähigkeit 43, 258

## E

Ehe 166, 168, 180, 188  
Eifersucht 217, 220  
Eltern 53, 64, 96, 113, 218, 295, 325  
Emanzipation 27, 29 ff., 108  
Emotionen *siehe* Gefühle  
Erfolg 107, 207, 245, 252, 266, 271, 286, 324  
Evolution 47 f., 50, 86, 121, 138, 160, 214,  
    249, 266, 272, 281  
    Schönheit 118, 121, 138

Sex 196, 217  
Extremes Geschlecht 28, 48 ff.

## F

Frauen  
    Abhängigkeit 104  
    Abneigung 91, 101  
    Alphafrauen 116, 258  
    Alter 119 f.  
    Anziehung 91, 100, 323 f.  
    Charakter 112, 115  
    Figur 117 f.  
    für Freundschaften 128 f.  
    fürs Bett 122, 124, 128  
    fürs Leben 127 f.  
    Schönheit 107, 112 f., 117, 138  
    Selbstständigkeit 115, 179  
    Unterlegenheit 104, 108  
Freundschaft Plus 126 f.  
Furcht *siehe* Angst  
Fußball 65, 67, 262, 265

## G

Gefängnis 39  
Gefühle 57 ff., 67, 69, 72, 78, 192, 205, 264, 293  
    Abwehr 70, 79, 242  
    Abwertung 69  
    Ausbruch 77  
    Außenwelt 67, 70, 85, 286  
    Innenwelt 67, 70, 85  
    Verdrängung 61, 70 ff.  
    weiblicher Umgang 74 f.  
    Zugang 71 f., 76, 108, 317, 325  
Gehalt *siehe* Beruf  
Gehirn 43, 45, 66, 122, 130  
Gender 52  
Gentleman 38  
Geschenke für Männer 315 f., 320  
Geschlechtsunterschiede 38, 41 f., 44, 257  
    Anlage 41, 45, 47, 66  
    Chromosomen 49  
    Gehirn 43 ff., 47  
    Lebenserwartung 40  
    Umwelt 41, 46, 52  
Geschlechtsverkehr *siehe* Sex  
Gesellschaftswandel 29, 34, 36, 63, 219, 244  
Grillen 280, 282

**H**

Haushalt 35, 166  
Heiraten *siehe* Ehe  
Held 56, 116, 241 f., 317  
Heldenreise 317  
Hierarchien 252, 257, 265, 282  
Hilflosigkeit 58, 78, 80  
Hobbys 261, 268, 276, 280, 320, 325 f.  
Hormone 43, 47, 141, 197, 210  
    Dopamin 135  
    Östrogen 118, 206  
    Oxytocin 135, 214  
    Testosteron 44, 66, 118, 135, 206, 211

**I**

Impotenz 79, 202  
Intelligenz 44, 48, 50, 115, 117

**J**

Job *siehe* Beruf 237  
Jugend *siehe* Pubertät

**K**

Karriere *siehe* Beruf  
Kennenlernen *siehe* Dating  
Kinder 37, 107, 166, 170, 196, 217, 247, 252, 260  
Kindheit 29, 58, 93, 218, 325  
Klammern *siehe* Partnerschaft  
Kommunikation 42, 44, 145, 148, 286, 303  
    Anschuldigungen 156  
    Bloß nicht ... 160, 162  
    Männergespräche 68, 286  
    Schweigen 79, 151, 156, 158  
    Sprache der Geschlechter 73  
    Vergessen 159 f.  
Kompetenz 278, 283  
Komplimente 135 f., 188  
Konkurrenz 42, 59, 106, 155, 256 f., 265  
Kontrolle 85, 184, 271, 279  
Kuscheln 197, 212 f., 215, 232  
Küssen 140, 212, 300

**L**

Landkarte der Liebe 113 f.  
Leistung 42, 187, 243, 245, 257, 271  
Leistungsdruck 251

Liebe *siehe* Partnerschaft  
Loyalität 84, 115, 257

**M**

Macht 49, 106, 211, 258, 265  
Machtverlust 108, 259  
Mama *siehe* Mutter  
Männerfreundschaften 266, 283, 318, 326  
Männeridentität 29 f., 53, 55, 62, 69, 172, 246  
Midlife-Crisis 222, 240  
Mitleid 249, 279  
Motivation 51, 82, 240 f.  
Mutter 53, 62, 64, 92, 99, 247, 293  
    Abgrenzung 65, 93, 96 f.  
    Abhängigkeit 99  
    Einengung 94  
    Vorschriften 94

**N**

Neid 103, 108, 118, 170, 270

**O**

Ohnmacht *siehe* Partnerschaft  
One-Night-Stand *siehe* Untreue  
Orgasmus 81, 199, 201, 213

**P**

Papa *siehe* Vater  
Partnerschaft 36, 95, 238, 291, 323  
    Bedürfnisse 296 f., 300  
    Gefühle zeigen 36, 146, 250  
    Konflikte 75, 145, 148, 154, 220, 292  
    Kritik 156, 162, 293, 298  
    Liebe 95, 145, 148, 165, 173, 175, 207  
    Liebe zeigen 146 f.  
    Macht 92, 104 ff., 176  
    Nähe versus Distanz 91, 99, 166, 174  
    Ohnmacht 92, 104 f., 158  
    Problemlöser 151, 255  
    recht haben 291  
    Rückzug 74 f., 81, 159, 177  
    Selbstverantwortung 293, 295 f., 322  
    Sicherheitstyp 111  
    Umerziehungsmaßnahmen 183 f., 298  
    Unabhängigkeit 95, 99, 111, 142 f., 174, 177, 184  
    Wahrnehmung 91, 292, 308  
    Zufriedenheit 173, 180, 296  
Partnerwahl 50, 112 ff., 121

Penis 44, 199, 201 f.  
 Pornografie 198, 225 f., 228  
 Positive Verstärker 298 f.  
 Problemlöser 238, 254  
 Prostitution 205, 230 f., 233  
 Pubertät 43 f., 59, 69, 78, 97, 198

## S

Scham 58, 80 f., 201  
 Scheidung *siehe* Trennung  
 Schuld 192, 295  
 Schwäche 58 f., 141, 187, 310  
 Schwangerschaft 170, 196, 206  
 Seitensprung *siehe* Untreue  
 Selbstbefriedigung 225, 229  
 Selbstmord 39, 55, 194  
 Selbstverantwortung 291  
 Selbstwert 107, 111, 115, 131, 180, 202, 207,  
 222, 237  
 Selbstwirksamkeit 277  
 Sex 52, 72, 122, 182, 195, 198, 201, 204, 206,  
 209, 212, 223, 230, 319, 324  
 Das erste Mal 201  
 Gesundheit 210  
 Leistungsdruck 103, 201  
 Morgenlatte 204  
 Refraktärphase 214  
 sexuelle Störungen 203  
 Vorspiel 197, 204, 212, 301  
 Soldaten 40  
 Sorgen 73, 94, 180, 201, 205  
 Stereotype 42, 54, 56, 65  
 Suizid *siehe* Selbstmord  
 Systematik 45, 103, 321

## T

Telefonieren 154, 283  
 Therapie 39, 71, 99, 307, 309 f.  
 Tod 193  
 Tränen 61, 67, 192  
 Trauer 58 f., 73, 79, 189  
 Trennung 71, 188, 192, 218, 309  
 Gründe 190, 192  
 Treue 216, 234

## U

Unsicherheit 32, 69 f.  
 Untreue 191, 215 ff., 222, 224, 311  
 Gründe 217, 220, 223

## V

Vater 62 f., 97, 223, 247, 276, 293  
 Verletzlichkeit 58 ff., 166  
 Verliebtheitsphase 135, 137, 179  
 Verlustängste 118, 250  
 Versagen 40, 79, 81, 180, 191, 202, 241, 248,  
 250  
 Versorger 30, 37, 107, 116, 138, 171, 224,  
 244 ff.  
 Vertrauen 84, 182, 249  
 Vision 187, 241 f.  
 Vorbilder 53, 62 ff., 253, 270  
 Vorspiel *siehe* Sex

## W

Wut 58, 79 f., 189, 299

