

Spis treści

Wspaniałe nagrody przyjaźni	7
Część I: Pięć sposobów pogłębiania kontaktów towarzyskich	
Dlaczego niektórym ludziom nigdy nie brakuje przyjaciół	17
Sztuka otwierania się przed innymi	23
Jak okazywać uczucia	33
Miłość jest czymś, co się tworzy	41
Zignoruj "to", a zobaczysz jak przyjaciele cię opuszczają	47
Część II: Pięć wskazówek wzmocnienia zażyłości	
Dotknij mnie, proszę	65
O sztuce afirmacji	71
Koncepcja małżeństwa przy filiżance kawy	79
O polepszaniu umiejętności prowadzenia rozmowy	85
Gdy łyż są darem Boga...	91
Część III: Jak przeciwdziałać negatywnym emocjom	
"Miły facet" - postawa, która prowadzi donikąd	101
Pięć technik złoszczenia się	109
Część IV: Co się dzieje, gdy twoje kontakty z ludźmi zaczynają się psuć	
Jak ocalić słabnącą przyjaźń	115
Sztuka twórczego przebaczenia	121
Eros: jego siła i jego problemy	127
Ważny składnik: wierność	135
Nie można zdobyć wszystkiego	143
I ciebie ktoś pokocha	147