

Spis treści

<i>Do Czytelnika</i>	5
<i>Od Autorki</i>	9
<i>Przedmowa</i>	13
<i>Podziękowania</i>	15
<i>Wprowadzenie</i>	17

Część I

Nałogowcy Kochania i ich partnerzy

1. Nałogowa miłość a współuzależnienie 27
2. Charakterystyka Nałogowca Kochania 37
3. Cykle emocjonalne
Nałogowca Kochania 53
4. Partnerzy Nałogowców Kochania:
Osoby Unikające Bliskości 75
5. Cykle emocjonalne
Osoby Unikającej Bliskości 93
6. Nałogowiec Kochania spotyka
Osobę Unikającą Bliskości.
Charakterystyka związków wzajemnego
nałogowego uzależnienia 99

Część II

Leczenie

7. Co począć ze związkiem wzajemnego
nałogowego uzależnienia 123

8. Zawieszenie związku	135
9. Zerwanie z nałogową miłością	153
10. Leczenie symptomów współuzależnienia	163
11. Powrót	183

Część III

Zdrowy związek

12. Oznaki zdrowego związku	211
13. Nierealistyczne oczekiwania (Pat Mellody)	225

Część IV

Ćwiczenia

14. Rozpoznanie nałogu kochania	255
15. Pierwszy Krok Nałogowca Kochania	277
16. Czwarty Krok Nałogowca Kochania	283
17. Rozpoznanie nałogu unikania bliskości	289

Zakończenie

Droga do wyzdrowienia	319
---------------------------------	-----

Dodatek

Literatura psychologiczna

o nałogowej miłości	323
-------------------------------	-----

<i>Literatura</i>	329
-----------------------------	-----