

Spis treści

Przedmowa 7

CZĘŚĆ PIERWSZA

Czy ktoś mnie słucha?

ROZDZIAŁ PIERWSZY

Znaczenie słuchania 11

ROZDZIAŁ DRUGI

Małżonkowie i partnerzy 29

ROZDZIAŁ TRZECI

Rodzice i dzieci 50

ROZDZIAŁ CZWARTY

Profesjonalna pomoc oraz osoby z niej korzystające 67

ROZDZIAŁ PIĄTY

Szefowie i podwładni 84

ROZDZIAŁ SZÓSTY

Przyjaciele i rodzeństwo 100

CZĘŚĆ DRUGA

Tyle sposobów, aby nie słuchać

ROZDZIAŁ SIÓDMY

Podstawowe formy niesłuchania 117

ROZDZIAŁ ÓSMY

Obrona 130

ROZDZIAŁ DZIEWIĄTY

Rozpoznanie syndromu „ja też” 142

ROZDZIAŁ DZIESIĄTY

Udzielanie rad 151

ROZDZIAŁ JEDENASTY

Ocenianie 163

CZĘŚĆ TRZECIA

Jak tam u ciebie ze słuchaniem?

ROZDZIAŁ DWUNASTY

Nauka słuchania siebie samych 175

ROZDZIAŁ TRZYNASTY

Nauka słuchania innych 189

ROZDZIAŁ CZTERNASTY

Nauka bycia słuchanym 211

ROZDZIAŁ PIĘTNASTY

Rozważania podsumowujące 225

Aneks nr 1 228

Aneks nr 2 231

Wyciąg z bibliografii 234

