

SPIS TREŚCI

Wstęp	7
CZEŚĆ I: CODZIENNE SYTUACJE	23
1. Pytania i odpowiedzi	23
MEŹCZYŹNI SĄ JAK DZIECI	25
2. Męczyzna twojego życia jest wiecznym chłopcem	25
3. Czujesz się jak jego matka	33
CZEŚĆ II: CHŁOPCY JUŻ TACY SĄ	43
4. Tylko tobie zależy na porozumieniu	43
5. Tęsknota za poważną, inspirującą rozmową	52
6. Nie wiesz, co partner myśli i czuje	58
7. Jesteś obiektem jego „żartów”	62
8. Traktują cię jak powietrze	67
9. Nigdy nie masz racji	72
10. Czujesz, że jesteś okłamywana	76
11. Wiecznie czekasz na właściwy moment do rozmowy ..	82
12. Wciąż słyszysz, że zwariowałaś (i niemal w to wierzysz) .	86
13. Czujesz, że musisz tłumić swój gniew	87
CZEŚĆ III: MĘSKA POTEGA	99
14. Życie z tyranem i despota	99
15. Jesteś ofiarą przemocy fizycznej	103
16. Widzisz, że syn naśladuje twojego partnera	110
17. Jesteś ofiarą wykorzystywania seksualnego	114
18. Uprawiasz seks dla świętego spokoju	121
19. Odrzucenie po seksie.	124

20. Jesteś ofiarą molestowania seksualnego we własnym domu	127
21. Odkrywasz, że partner seksualnie wykorzystuje twoje dziecko	131
22. Nikt ci nie wierzy	138
23. Odkrywasz pornograficzny składzik swojego partnera	140
24. Nie chce o tym rozmawiać	144

CZĘŚĆ IV: ANI Z NIM, ANI BEZ NIEGO

25. Podejrzewasz, że twój partner ma romans	147
26. Odkrywasz, że twój partner ma romans	154
27. Odkrywasz, że od dawna otacza cię kłamstwo	162
28. Nie śpisz po nocach, myśląc wciąż o tym samym	166
29. We władzy lęku	172
30. Codziennie czujesz ucisk w żołądku	177
31. Nie możesz żyć ani z nim, ani bez niego	179

CZĘŚĆ V: ŻYCIE Z PARTNEREM IDEALNYM

32. Wszyscy mówią, że jesteś szczęściarą	189
33. Słyszysz, że to ty odpowiadasz za jego zachowanie	194
34. Mężczyzna, który robi wszystko na pokaz	196

TOŻSAMOŚĆ KOBIETY: SILNA,

CORAZ SILNIEJSZA

35. Jesteś zmęczona swoimi problemami	200
36. Przytłacza cię poczucie winy	201
37. Silisz się, żeby wybaczyć	207
38. Jak podnieść samoocenę	214
39. Boisz się zostać sama	220
40. Odważ się być asertywna	226
41. Silna, coraz silniejsza	232

Posłowie	235
----------------	-----

Co robić, jeśli twój facet notorycznie zostawia mokry ręcznik na podłodze łazienki? Jak uświadomić mężczyźnie różnicę między sporadycznym pomaganiem w domu a prawdziwym zajmowaniem się domem? Czy przesłaś kiedyś przez supermarket z trzydziestopięcioletnim dzieckiem, które domaga się najdroższych rzeczy? Jak reagować wobec przemocy w rodzinie?

Pomocy!
~~żyję z mężczyzną~~
chłopcem

Autorka napisała książkę poważną, choć nie pozbawioną subtelnego humoru. Z ogromną wrażliwością pisze o rozmaitych frustrujących sytuacjach, z jakimi na co dzień spotykają się kobiety.

Betty McLellan jest psychoterapeutką z ponad dwudziestoletnim doświadczeniem. Zajmuje się psychoterapią indywidualną i małżeńską, prowadzi grupy dla kobiet i mężczyzn oraz grupy mieszane.