

Spis treści

Wstęp	9
-------------	---

Rozdział 1

Jak przygotować się do zmiany	13
-------------------------------------	----

Rozdział 2

Czy łatwo wyprowadzić cię z równowagi?	39
---	----

Rozdział 3

Umiejętność porozumiewania się	75
--------------------------------------	----

Rozdział 4

Skuteczne sposoby udoskonalania związku ..	101
--	-----

Rozdział 5

Zaęgnywanie konfliktów	115
------------------------------	-----

Rozdział 6

Co zrobić, gdy partner nie chce współdziałać	125
---	-----

Lektury polecane	135
------------------------	-----

Bibliografia	137
--------------------	-----