

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział pierwszy	
Powstawanie zależności seksualnej	11
Rozdział drugi	
Pancerz emocjonalny	30
Rozdział trzeci	
Problemy seksualne – struktura dysfunkcji i uzależnień seksualnych	44
Rozdział czwarty	
Pełnia seksualna – pozytywne aspekty zależności seksualnej	76
Rozdział piąty	
Test rzeczywistości – aktualizacja dawnych komunikatów na temat seksu i miłości	90
Rozdział szósty	
Jak rozmawiać o seksie	110
Rozdział siódmy	
Jak odzyskać przyjemność seksualną	130
Rozdział ósmy	
Od seksu toksycznego do bezpiecznego	165