

Оглавление

Введение	10
----------------	----

ЧАСТЬ ПЕРВАЯ АНАЛИЗ

Глава 1. Почему ничего не получается	24
Глава 2. Взаимозависимость. Золотой стандарт	38

ЧАСТЬ ВТОРАЯ СБЛИЖЕНИЕ

Глава 3. Текущее положение дел	60
Глава 4. Вспомнить прошлое перед началом пути в будущее	74
Глава 5. Вы можете сделать первый шаг	102
Глава 6. Личные границы. Как создать условия, благодаря которым отношения станут безопаснее	149
Глава 7. Измените мышление, чтобы изменить отношения	174
Глава 8. Оптимальный стиль общения	207
Глава 9. Напряженные разговоры	229
Глава 10. Расчищая путь	258

ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ
РОСТ

Глава 11. Движение вперед	288
Заклучение. Сочетание разных частей	314
Приложение. Сценарии общения	316
Примечания	329
Благодарности	333
Об авторе	334