

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|-----|
| Предисловие | 9 |
| Глава первая. Четыре стадии отношений, через которые проходят абсолютно все пары. | 21 |
| Глава вторая. Здоровые отношения. | 47 |
| Глава третья. Наша встреча была ошибкой, или Когда стоит расстаться | 69 |
| Как правильно расставаться | 74 |
| Глава четвертая. Куда уходят страсти, или Почему интимная близость становится такой далекой | 81 |
| Глава пятая. Ошибки, которые совершают многие пары, или Почему не у всех получается перезагрузить отношения | 105 |
| Глава шестая. Отдельный разговор: какие еще подводные камни обнаруживаются в отношениях. | 151 |

| | |
|--|---------|
| Порнозависимость: НЕРЕАЛЬНОЕ | |
| наслаждение | 153 |
| <i>Почему так происходит?</i> | 159 |
| <i>Почему мужчина не видит в этом проблемы</i> <i>и какие оправдания находит?</i> | 163 |
| «Хорошие девочки». Как правила, навязанные мамами в детстве, портят жизнь взрослым женщинам и их отношениям | 167 |
| «Ты должна быть хорошей хозяйкой» | 169 |
| «Ты должна быть красивой для него» | 170 |
| «Мужчина — добытчик в семье». | 171 |
| «Мужчинам нужен только секс», «В сексе удовольствие получает только мужчина», «Поматросит и бросит» | 172 |
| Когда вас трое: сексуальные отношения в паре, ожидающей или воспитывающей ребенка. | 174 |
| Глава седьмая. На измене. Кто виноват и что делать? | 183 |
| Причины кризиса в отношениях, или За минуту до измены | 196 |
| <i>Изменяет или нет? Определяем легко!</i> | 208 |
| <i>Почему же все-таки дело доходит</i> <i>до измены?</i> | 213 |
| <i>Как реагировать на измену</i> | 218 |
| <i>А что делать, если изменили вы?</i> | 223 |

— СОДЕРЖАНИЕ —

| | |
|---|-----|
| Глава восьмая. Как вернуть былую страсть. | 227 |
| В мире иллюзий: как понять свои сексуальные фантазии | 264 |
| Заключение | 281 |