

# Содержание

Предисловие .....	5
Часть 1. Любовь и секс .....	9
Научиться любви: как и у кого? .....	10
Как правильно любить мужчину .....	15
Любовь или зависимость? .....	20
Любовь или завоевание? .....	26
Любовь между «сильными» и «слабыми» .....	28
Ревность .....	35
Любовный треугольник .....	39
Люблю того, кто не может быть со мной .....	42
Грамотное завершение отношений .....	43
Если любовь никак не приходит... ..	45
Любовь или секс? .....	50
Часть 2. Брак .....	54
Трудный путь к браку .....	54
Брак: взгляд изнутри .....	63
Брак: трудности перевода .....	69
Если кажется, что муж изменяет... ..	77
На грани развода .....	81
Часть 3. Родители и дети .....	95
Стать хозяином своей жизни .....	96
Сложные отношения с отцом .....	101
Мама всегда права? .....	105
Воспитание детей после развода родителей .....	110
Большие детки — большие проблемы .....	114
Часть 4. Женщина как она есть .....	118
О любви и нелюбви к себе .....	118
Мальчик в девочке .....	120

#### 4 □ Содержание

Общение без обобщений . . . . .	123
Конфликт или скандал? . . . . .	127
Низкая самооценка и неуверенность в себе . . . . .	130
Чувство вины. . . . .	138
«Плохой» характер и «дурные» привычки . . . . .	141
Чем заполняется внутренняя пустота . . . . .	145
Как изменить свою жизнь? . . . . .	149
Часть 5. Личная жизнь на работе . . . . .	153
Работа и частная жизнь . . . . .	153
Внешние отношения как зеркало внутренних . . . . .	155
Часть 6. Мужские проблемы. По ту сторону баррикад . . . . .	161
Мужчина в поисках второй половинки . . . . .	161
Когда жена не кажется ангелом... . . . . .	165
Другие проблемы брака . . . . .	169
Мужские «человеческие» проблемы . . . . .	171
Заключение . . . . .	174