

# ОГЛАВЛЕНИЕ

О ЧЕМ ЭТА КНИГА .....	7
ОБ АВТОРЕ.....	8
БЛАГОДАРНОСТИ .....	9
КРИЗИСЫ В ПАРЕ. ИЗБЕЖАТЬ ИЛИ ПЕРЕЖИТЬ? ...	13
Введение.....	13
Влюбленность: есть только мы.....	16
Кризис первый. Разочарование: «Ты не такой!» .....	19
Кризис второй. Принятие: «Мы разные».....	24
Здоровые отношения .....	31
Выводы .....	35
Упражнения для самостоятельной работы .....	37
ИЗМЕНЫ. ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ .....	39
Стадии измены.....	39
Что чувствуют партнеры? .....	42
Причины измен .....	46
К чему приводит измена .....	53
Можно ли простить измену .....	55
Говорить ли об измене партнеру.....	56
Выводы .....	57
Упражнения для самостоятельной работы .....	59
А ЕСЛИ РАЗВОД? .....	61
Статистика разводов.....	61
Причины развода .....	65
Признаки приближающегося развода.....	76
Дети и развод .....	78

Развод — это путь горевания.....	81
Признаки завершенного развода .....	87
Выводы .....	88
Упражнения.....	90
<b>НАСИЛИЕ В СЕМЬЕ .....</b>	<b>92</b>
Ситуация с домашним насилием.....	92
Что такое домашнее насилие.....	95
Что способствует насилию.....	100
Почему жертва терпит насилие .....	105
Кто виноват в насилии.....	108
Что делать, если вы стали жертвой насилия ....	111
Что происходит в психике насильника .....	116
Оптимистичное заключение .....	120
Упражнения для самостоятельной работы .....	121
<b>БЛИЗОСТЬ И ОДИНОЧЕСТВО.....</b>	<b>124</b>
Что подразумевается под близкими отношениями .....	124
Парадокс близости .....	128
Страх близости .....	132
Составляющие близости .....	136
Принятие и уважение как основа межличностных отношений .....	143
Выводы .....	156
Упражнения для самостоятельной работы .....	157
<b>АЛКОГОЛИЗМ ОДНОГО ИЗ ПАРТНЕРОВ .....</b>	<b>159</b>
Алкоголизм и его причины.....	159
Созависимый партнер .....	166
Трудно отказаться от созависимости .....	170
Что делать?.....	173
Выводы .....	177
Упражнения для самостоятельной работы .....	179

КОНФЛИКТЫ В СЕМЬЕ .....	184
Вступать в конфликты или избегать их.....	184
Как мы конфликтуем .....	193
Кто главный? .....	204
Кто виноват? .....	213
Как разрешать конфликты.....	222
Выводы .....	230
Упражнения для самостоятельной работы .....	232
ЛЮБОВЬ В ПАРЕ .....	236
Что такое любовь в паре .....	236
Мифы и традиционные заблуждения о любви.....	243
Инфантильная и зрелая любовь .....	251
Зрелая личность как основа любви .....	257
Что делать, чтобы любовь жила .....	260
Выводы .....	263
Упражнения для самостоятельной работы .....	264
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ .....	266