

Spis treści

I. Czy warto ze sobą rozmawiać?	7
II. Dlaczego ze sobą nie rozmawiamy?	13
III. Jak słuchać, aby usłyszeć?	32
IV. Jak mówić, aby nie ranić?	42
Zamiast podsumowania:	
przepis na bigos małżeński	55
Dodatki, czyli małżeńskie Desery	60
Deser 1: „Kociołkowe” – ćwiczenie pomocne w nazywaniu uczuć	60
Deser 2: Tylko dla mężczyzn! Jak przygotować małżeńską randkę.	62
Deser 3: Krótki dodatek o roli modlitwy osobistej w życiu małżeńskim	70
Deser 4: Alfabetyczna lista uczuć przydatna w małżeńskim dialogowaniu.	88
Deser 5: Świadkowie dialogu	90
Bibliografia	99