

Saturs

Ievads.....	7
1. MUĻĶĪGI NOSLĒPUMI	19
Svarīgas informācijas slēpšana bailēs no atraidījuma.	
2. MUĻĶĪGS EGOISMS	54
"Mana brīvība, manas tiesības darīt to, ko gribu, ir daudz svarīgākas nekā tavas jūtas un vajadzības" – jūs nejaudāt, ko pats varat darīt šo attiecību labā; jūs jaudāt vienīgi, ko šīs attiecības var dot jums.	
3. MUĻĶĪGA SĪKUMAINĪBA	83
Liela brēka – maza vilna.	
4. MUĻĶĪGA VARASKĀRE JEB CĪŅA PAR IETEKMI	111
Jūs nekad nepadodaties strīdā, nekad neko neupurējat; jūs vienmēr kontrolējat situāciju; nekad neļaujiet citiem aizmirst, ka viņi jūs aizvainojuši.	
5. MUĻĶĪGAS PRIORITĀTES	136
Visu savu laiku un enerģiju jūs ziedojat darbam, hobijiem, uzdevumiem, sīkiem mājas darbiem, dzīves misijai – nesaklāta gulta taču ir daudz svarīgāka par attiecībām.	
6. MUĻĶĪGA LAIMES IZPRATNE	168
Jūs meklējat stimulu un iedrošinājumu visās nepareizajās vietās, lai tikai apmierinātu savu bērnišķīgo vajadzību justies labi, tā vietā, lai pats izturētos labi.	
7. MUĻĶĪGAS ATTAISNOŠANĀS	193
Tā vietā, lai atzītu savus sliktos darbus un uzņemtos atbildību, jūs bārstāt atvainošanās frāzes, kas izraisa vēl lielāku kaitējumu. Mācieties atvainoties!	
8. MUĻĶĪGI SAKARI	218
Jūs saglabājat ciešu saikni ar radiem un draugiem, kuriem ir klaji negatīva un graužoša ietekme uz jums un jūsu attiecībām.	
9. MUĻĶĪGA PARTNERU IZVĒLE	246
Skaidri saskatīdami brīdinājuma signālus, jūs tomēr ietiepīgi cenšaties "iebāzt kantainu klucīti apaļā caurumā" – neapjaušot, kad pienācis laiks padoties un pārtraukt zaudējumu periodu.	
10. MUĻĶĪGAS ŠĶIRŠANĀS	273
Šķiršanās visdažādāko aplamu iemeslu dēļ.	