

Περιεχόμενα

Πρόλογος στην ελληνική μετάφραση του βιβλίου <i>The Jealousy Cure</i>	11
Πρόλογος.....	13
Εισαγωγή.....	17
Μέρος I: Σχετικά με το πάθος της ζήλιας	
1. Η εξέλιξη των ανταγωνιστικών συναισθημάτων	27
2. Μήπως η ζήλια είναι πρόβλημα για εσάς;	41
3. Προσκόλληση και δέσμευση	49
Μέρος II: Πώς η ζήλια γίνεται πρόβλημα	
4. Κυριευμένοι από ένα μυαλό που ζηλεύει	69
5. Στρατηγικές ζήλιας που απομακρύνουν τον/τη σύντροφό σας.....	97
Μέρος III: Μετατρέποντας τη ζήλια σε κάτι θετικό	
6. Κάνουμε ένα βήμα πίσω για να παρατηρήσουμε και να αποδεχτούμε.....	117
7. Ζώντας με τις σκέψεις σας	135
8. Αντιμιλώντας στη ζήλια σας	157
9. Σκεφτείτε τη ζήλια μέσα σε ένα πλαίσιο	183
10. Βρίσκοντας τη λύση μαζί.....	193
11. Ξεπεράστε το παρελθόν για να νικήσετε την αναδρομική ζήλια	217
12. «Είναι περίπλοκο» – ξεπερνώντας την απιστία	235
Τελικές σκέψεις.....	257
Ευχαριστίες	261
Σημειώσεις.....	263