

OBSAH

Predhovor	IX
Podakovanie	XIII
Poznámka autorov	XV
Úvod	1

Prvá časť

VŠETKO O KRUHU

Porozumenie vzťahovej väzbe a dôležitosti bezpečia

1	Vzťahová väzba: Prečo na nej záleží	11
2	Bezpečie: Spriatelíť sa s nedokonalosťou	33
3	Mapa pre vzťahovú väzbu: Kruh bezpečia	54
4	Byť rukami na Kruhu bezpečia	76
5	Žraločia hudba: Ako sa naše detstvo odráža v našej výchove	105
6	Správanie ako spôsob komunikácie: Pravé a falošné signály	133

Druhá časť**TVORÍME A UDRŽUJEME KRUH***Ako byť väčší, silnejší, múdrejší a láskavý... a dosť dobrý*

7	Žraločie kosti: Odhaľovanie našich kľúčových zranení	165
8	V nových vodách: Vybrať si bezpečie	192
9	Ostať nad vodou: Vybrať si bezpečie stále znova a znova	219
Zdroje		243
Index		248
O autoroch		252

Pre tých, ktorí si zakúpia túto knihu, ponúkame možnosť stiahnuť si a vytlačiť zväčšenú verziu Dotazníka žraločeľ hudby a jadrových citlivostí v dospelých vzťahoch, ktoré môžete využiť pre osobnú potrebu a prácu s klientom. Obidva dokumenty sú dostupné na webovej adrese www.guilford.com/hoffman2-forms