

Spis treści

Najlepsza możliwa relacja	13
Pięć pytań rozmowy kluczowej	31
Przygotowanie do rozmowy kluczowej	33
Pytanie wzmacniające: W czym jesteś najlepszy?	39
Pytanie stabilizujące: Jakie są twoje praktyki i preferencje?	49
Pytanie o dobry okres: Czego możesz nauczyć się z udanych relacji z przeszłości?	57
Pytanie o zły okres: Czego możesz nauczyć się z frustrujących relacji z przeszłości?	65
Pytanie naprawcze: Jak sobie poradzisz, gdy coś pójdzie nie tak?	73
Jak prowadzić rozmowę kluczową?	83
Prowadzenie rozmowy kluczowej	85
Zaproszenie: wykonaj pierwszy ruch	91

Na początek: zapewnij poczucie bezpieczeństwa	99
W trakcie: pytaj i odpowiadaj	107
Na koniec: docień to, co dobre	115
Znakomicie zaczęłeś	121
Dbaj o swoją najlepszą możliwą relację	125
Rozpad jest nieunikniony	127
Sześć zasad konserwacji	131
Orientuj się w sytuacji	139
Zawsze się dostosowuj: dawaj i bierz otrzymuj	147
Często naprawiaj: usuwaj usterki	153
Resetuj, gdy trzeba: zakończenie (i początek)	161
Jesteśmy chwalebnie uwikłani	171
Bonus: poznaj siebie	177
Smakowite kąski na koniec	213