

INDICE

Reconocimiento	13
Nota de la autora	15
Prefacio	17
1. No lo tomes como algo personal	23
Por supuesto, estás nervioso - La teoría de la persona correcta - Tu elegante círculo de acusa- ciones - No es nada personal - El drama interno del noviazgo - El drama social del noviazgo	
2. Una cuestión de motivación	41
Ambivalencia: forcejeo emocional del noviazgo - ¿Qué tuvo que ver el amor con esto? - Las mo- tivaciones del noviazgo - Disposición favorable: el ingrediente esencial	
3. La política del romance	67
Las etapas del noviazgo - Principios operativos - Amor y temor: el problema de la intimidad - Puntos de conflicto psicológico - El ritmo del amor	

4.	Matices de la pareja: Comunicación codificada en el noviazgo	91
	Las astucias comunes en el amor - Cómo inter- pretar el código - Traducción simultánea - Cómo reconocer los puntos débiles - Juegos de honestidad - El lenguaje del amor a prime- ra vista	
5.	La ansiedad de la selección	119
	La mentalidad del consumidor - La magia de la química - ¿Dónde encuentro a alguien? - La se- cuencia de la selección - Miedo al rechazo - Haz que sea seguro asumir un riesgo	
6.	Persecución	145
	Persecución clásica - Enamorarse	
	<i>Seducción</i>	151
	Las primeras cuatro citas - La línea divisoria del sexo - Ansiedad sexual - Excitarse con el sexo - Tácticas de seducción - Hacerse el difícil - Aco- modación - Pruebas de amor - Pide a alguien que haga algo por ti - Los buenos partidos - El error fatal de la seducción	
	<i>El cambio</i>	184
	Atrapado - ¿Repliegue o estancamiento? - Mie- do a quedar atrapado - Cómo manejar tu propio miedo - Cómo manejar el cambio del otro - Tu mejor respuesta a un cambio - ¿Qué es lo que causa que retroceder sea tan difícil?	
7.	Finalmente, una relación	213
	El espíritu y la estructura - Felices para siem- pre: la meseta	

Negociación: la intersección de poder, amor y vida real 223

Enamorarse con fantasía - El inmenso cambio de la intimidad - Cómo superar el tabú del enfado - Una guía para la negociación - Areas de conflicto - Dinero - Sexo - Rendición de cuentas - Expectativas - El "defecto personal" - Familia y amigos - ¿Cuánto es demasiado?

Compromiso, ¡ay! 264

Realidades de la decisión - La línea divisoria - Casarse versus estar casado - Ni seguro, ni preparado, ni interesado; el miedo al compromiso - Cómo manejar el miedo del otro al compromiso - No aceptar un no por respuesta - Convencer, no insistir - El ultimátum - Cómo manejar tu miedo al compromiso - Matrimonio sin compromiso - Compromiso sin matrimonio - Estar comprometido

8. *Recorrer todo el camino* 307

El mito de la persona correcta - El mito del amor romántico - El mito del conocimiento - El matrimonio como punto final - El pago por el trabajo - Alguien a quien amar