

Sadržaj

Uvod	2
Kako čitati ovu knjigu?	2
Zašto Enneagram?	3
Koncept unutarnjeg autorstva	4
1. Zašto su prijateljski odnosi važni?	6
1.1. Prijateljstvo kao emocionalna zona bez obveze	6
1.2. Između bliskosti i autonomije	7
1.3. Prijateljstvo kao ogledalo unutarnje zrelosti	9
2. Kako osobnost oblikuje prijateljstvo?	10
2.1. Prijateljstvo je razvojno polje učenja	10
2.2. Prijateljstvo je prostor dogovora i izbora	13
2.3. Prijateljstvo je razvijeni kontekst značenja	14
2.4. Prijateljstvo je razvojna kategorija, a ne statična	16
2.5. Enneagramski obrasci u vezivanju i granicama	19
3. Mitovi o prijateljstvu	21
3.1. Mit 1: Prijateljstvo ne traži trud - mit o spontanosti i samoodrživosti	22
3.2. Mit 2: Prijatelj je uvijek na tvojoj strani - mit o slijepoj lojalnosti	24

3.3. Mit 3: Prijatelj te nikada ne povrijedi – mit o odsutnosti sukoba i rana.....	26
3.4. Mit 4: Pravo prijateljstvo traje zauvijek – mit o statičnosti i vječnosti.....	27
3.5. Mit 5: U pravom prijateljstvu nema zavisti – mit o čistoj, neambivalentnoj emociji.....	28
3.6. Mit 6: Dobar prijatelj zna sve i bez riječi – mit o telepatiskom razumijevanju.....	30

4. Geneza prijateljskih odnosa: kako se rađa bliskost?31

4.1. Kako nastaju prijateljstva?.....	31
4.2. Zašto biramo baš određene ljude?.....	32
4.3. Privrženost i srodnost – osjećaj da „pripadaš“.....	34
4.4. Što ostane kad prođe faza intenzivne bliskosti?.....	35
4.5. Što nas motivira da održavamo prijateljstva?.....	38
4.6. Granice – bliskost bez gušenja i udaljenost bez gubitka.....	39
4.7. Najveće dvojbe prijateljstva.....	41
4.8. Koliko je prijatelja dovoljno?.....	43

5. Devet lica prijateljstva.....44

5.1. Kad poštenje postane obrazac povezivanja – prijatelj koji uvijek drži riječ.....	45
5.1.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	45
5.1.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu.....	45
5.1.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	46
5.1.4. Zrela dinamika prijateljstva.....	48
5.1.5. Rad na sebi u prijateljstvu.....	48

5.2. Kad briga postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji uvijek nalazi način da pomogne.....	50
5.2.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	50
5.2.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	50
5.2.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	52
5.2.4. Zrela dinamika prijateljstva	52
5.2.5. Rad na sebi u prijateljstvu	53
5.3. Kad postignuće postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji te potiče da budeš bolji	55
5.3.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	55
5.3.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	55
5.3.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	56
5.3.4. Zrela dinamika prijateljstva	56
5.3.5. Rad na sebi u prijateljstvu	57
5.4. Kad posebnost postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji želi biti jedinstven u tvom životu.....	60
5.4.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	60
5.4.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	60
5.4.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	61
5.4.4. Zrela dinamika prijateljstva	62
5.4.5. Rad na sebi u prijateljstvu	62
5.5. Kad znatiželja postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji traži smisao i razumijevanje.....	65
5.5.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	65
5.5.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	65
5.5.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	66
5.5.4. Zrela dinamika prijateljstva	66
5.5.5. Rad na sebi u prijateljstvu	67

5.6. Kad odanost postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji uvijek stoji uz tebe	68
5.6.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	68
5.6.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	68
5.6.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	70
5.6.4. Zrela dinamika prijateljstva.....	70
5.6.5. Rad na sebi u prijateljstvu	71
5.7. Kad sloboda postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji unosi radost i nove horizonte	74
5.7.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	74
5.7.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	74
5.7.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	76
5.7.4. Zrela dinamika prijateljstva.....	76
5.7.5. Rad na sebi u prijateljstvu	68
5.8. Kad snaga postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji te štiti i izaziva.....	79
5.8.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	79
5.8.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	79
5.8.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	81
5.8.4. Zrela dinamika prijateljstva.....	81
5.8.5. Rad na sebi u prijateljstvu	82
5.9. Kad mir postane obrazac povezivanja	
– prijatelj koji izbjegava oluju.....	83
5.9.1. Unutarnja logika prijateljstva.....	83
5.9.2. Očekivanja i izazovi u prijateljstvu	83
5.9.3. Za znatiželjne i stručno nastrojene.....	84
5.9.4. Zrela dinamika prijateljstva.....	84
5.9.5. Rad na sebi u prijateljstvu	86

6. Kad prijateljstvo diše: promjene, sukobi i završeci.....	87
6.1. Prijateljstvo i vrijeme - od djetinjstva do starosti.....	89
6.2. Prijateljstvo i sukob - kad razlike postanu test bliskosti.....	91
6.3. Prijateljstvo i društveni kontekst - između kulture, mreža i zajednica.....	94
6.4. Prijateljstvo i emocije - ljubomora, ponos i radost u bliskosti	98
6.5. Prijateljstvo i kraj - kada odnosi završavaju ili se ponovno rađaju	101
7. Zrela prijateljstva - kada bliskost ne prijete slobodi	104
7.1. Bliskost bez stapanja: Prijateljstvo kao ogledalo zrelosti.....	104
7.2. Prijateljstvo iz potrebe i prijateljstvo iz izbora	107
7.3. Prijateljstvo kao prostor za rast, ne za nadoknadu	109
8. Zaključak.....	111