

spis treści

1. Pokochaj swoją alfę	9
2. Spektrum alfa–beta	27
3. Kobiety alfa i seks	51
4. Kawalcrowie, narzeczeni, mężowie	75
5. Alfa i beta na randce	109
6. Stajemy się parą	139
7. Romans: burza absolutna	179
8. Rozwód, randki, przetrwanie, rozwój	205
9. Najczęściej zadawane pytania	249
Posłowie	263
Źródła	266
Bibliografia	268
Podziękowania	269