

OBSAH

ÚVOD	7
OD DÍTĚTE K DOSPÍVAJÍCÍMU	11
PŘÍPRAVA NA PUBERTU	19
Poučit. Ale jak?	19
Bláznivé projevy hormonů	22
Výkyvy v duševní oblasti	29
Pohlavní probuzení	31
Rozhovor s dítětem	36
S DOSPÍVAJÍCÍMI POD JEDNOU STŘECHOU - A PŘECE PŘÁTELE	45
Znáš cíle?	45
Chápat dospívající	49
Poradit a doprovázet	53
Vést k samostatnosti	57
Upevňování pocitu vlastní hodnoty	79
Vliv stejně starých kamarádů	91
Zachovej komunikaci, nepřerušuj spojení	108
Vize pro život	122
CO NĀM JEŠTĚ ZBÝVĀ K VÝCHOVĚ?	135
Na čem je založena tvá autorita?	135
Měj odvalu ukázat správnou cestu!	136
Pravidla v rodině	142

A co když se dohody nedodrží?	147
Dospívající jako „těžký případ“	150

DVOJÍ VÝZVA PRO RODIČE

DOSPÍVAJÍCÍCH, KTERÍ JSOU

<i>UPROSTŘED ŽIVOTA</i>	163
-------------------------------	-----

Uprostřed života	163
------------------------	-----

Předcházet krizi	168
------------------------	-----