

OBSAH

1. HNĚV – NEPOCHOPENÝ POCIT	5
2. OBTÍŽNÉ SITUACE	29
3. JAK VYJADŘOVAT SVŮJ HNĚV	50
4. JAK SI PORADIT S VLASTNÍM HNĚVEM	89
5. JAK ČELIT HNĚVU DRUHÝCH.....	115
6. JAK NAJÍT POMOC.....	126
7. KDE HLEDAT POMOC.....	141
DOPORUČENÁ LITERATURA	153