



OBSAH

7		Následujte své srdce
9		Důležitá otázka sebepoznání
13		SEDM KROKŮ
15		1 Citové pouto
31		2 Intenzivní emoce
53		3 Hranice a důsledky jejich překročení
69		4 Přehodnocení vzorců chování
83		5 Když přijdou krize
97		6 Péče o vztah
117		7 Včasné odpoutání
128		DŮLEŽITÁ TÉMATA
130		Škola a učitelé
143		Domácí úkoly
154		Prokletí šikany
165		Ocenění historie dítěte
176		Jak se daří rozhovory se školákem?
183		Spánek a výživa
191		Dětské strachy
196		Digitální hry a sociální média
205		Vítaná sexualita
215		Co dělat v případě závažných problémů?
226		Poděkování
230		Malý seznam literatury