

# OBSAH

## 1. ČÁST

### VŠECHNO O KAMARÁDSTVÍ

- 10 Proč potřebujeme kamarády a přátele
- 22 Jedna, nebo více kamarádek?
- 26 Jak najít kamarádku, kamarádky
- 40 Jak pečovat o kamarádství?

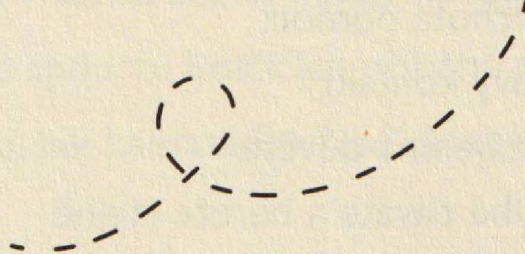
## 2. ČÁST

### PORADNA KAMARÁDSTVÍ

- 48 Zrada
- 52 Šikana
- 56 Lhaní
- 58 Opuštění
- 62 Žárlivost
- 66 Pomlouvání
- 68 Ignorování

### JAK SE VYPOŘÁDAT S DALŠÍMI SITUACEMI

- 70 Kamarádka tě napodobuje a ve všem se opíčí
- 74 Kamarádka ti nedává svobodu  
a má tendence tě omezovat
- 76 Kamarádka tě nedokáže vyslechnout,  
když máš trápení



## OBSAH

- 78 Kamarádka ti nepomůže, když to potřebuješ
- 80 Kamarádka tě využívá
- 82 Ráda bys kamarádství ukončila, ale nevíš, jak na to
- 84 Máš ráda obě své kamarádky, ale ony se navzájem nemají rády
- 86 Odcházíš na jinou školu a máš strach o dlouholeté kamarádství
- 88 Kamarádka je věčně našťvaná a negativní
- 90 Kamarádka tě nutí dělat věci podle ní



### 3. ČÁST

#### ZÁSADY KAMARÁDSTVÍ

- 94 Vzájemná podpora
- 96 Ochota pomoci
- 98 Živý kontakt
- 100 Vzájemná důvěra
- 102 Obě dáváte a berete stejně
- 104 Dáváte si prostor a čas
- 106 Vzájemná tolerance
- 108 Já a ty

