

OBSAH

<i>Úvod: Co je to polyvagální teorie?</i>	xi
---	----

ČÁST PRVNÍ: V NÁS

1 Automatická nervová soustava	5
2 Neurocepce: bezpečnostní systém našeho těla	23
3 Bloudivý nerv	57
4 Evoluce polyvagální teorie	87
5 Propojenost a koregulace: biologický imperativ	99
6 Trauma a závislost	117

ČÁST DRUHÁ: VE SVĚTĚ

7 Pandemický paradox	157
8 Polyvagální teorie v práci	169
9 Vzdělávání	193
10 Věznice	205

<i>Doslov: Polyvagální život</i>	221
----------------------------------	-----

<i>Poděkování</i>	227
-------------------	-----

<i>Slovníček pojmů</i>	233
------------------------	-----

<i>Bibliografie</i>	257
---------------------	-----

<i>Poznámky</i>	269
-----------------	-----

<i>Rejstřík</i>	271
-----------------	-----

<i>Ohlasy na knihu</i> Náš polyvagální svět	291
---	-----

<i>O autorech</i>	295
-------------------	-----

<i>Polyvagální teorie v ČR</i>	296
--------------------------------	-----