

Obsah

Úvod	IX
------	----

PRVÁ ČASŤ

1 Čo to tá terapia vlastne je?	3
2 Čo je nové v tvojom príbehu?	15
3 Spájanie dielikov skladačky	31
4 Tak dobre, ale ako ďalej?	51
5 Činy hovoria jasnejšie než slová	67

DRUHÁ ČASŤ

6 <i>Pripravte sa</i> na svoj deň	87
7 Udržať sa v pozore	105
8 <i>Spätný pohľad a reset</i> na konci dňa	121
9 Keď sa život náhle zvrtnie	135
10 Koniec dobrý, všetko dobré	155

<i>Užitočné kontaktné informácie o niektorých slovenských organizáciách poskytujúcich pomoc v rôznych oblastiach</i>	167
--	-----

<i>Podakovanie</i>	173
--------------------	-----

<i>O autorovi</i>	175
-------------------	-----