

Obsah

Poděkování	9
1 – Kde se vzal hněv	15
2 – Kdy může být hněv užitečný	23
3 – Když se hněváme právem	31
4 – Když hněv není správný	47
5 – Jak zacházet se špatným hněvem	55
6 – Exploze a imploze	65
7 – Hněv, který trvá léta	77
8 – Jak je to s odpuštěním	89
9 – Když se zlobíte na manželského partnera	101
10 – Jak pomoci dětem zvládat hněv	111
11 – Když se člověk hněvá na Boha	125
12 – „Zlobím se sám na sebe“	135
13 – Jak jednat s rozhněvaným člověkem	147
Doslov	157
Poznámky	159