

OBSAH

SLOVO ÚVODEM.....	7
-------------------	---

ČÁST PRVNÍ

O LÁSCE MANŽELSKÉ.....	9
------------------------	---

KAPITOLA PRVNÍ

PŘÍPRAVA NA MANŽELSTVÍ

Vytváření plnohodnotných a naplňujících vztahů.....	11
---	----

Hodnota a význam manželství	11
Manželství a pět základních psychických potřeb.....	14
Co dobrého nám manželství přináší.....	17
Potřeba přípravy na manželství.....	18
Osobní zdroje a vnitřní zralost jako předpoklad šťastného manželství.....	22
Vztah s rodiči, vazby k původní rodině.....	26
Hodnota čistoty v manželském vztahu.....	32
Utváření prosociálních vlastností	35
O lásce.....	38
Atraktivnost romantické lásky.....	42
O manželství.....	42
Komunikativní dovednosti.....	45
Hledání životního partnera.....	50
Programy přípravy na manželství.....	53

KAPITOLA DRUHÁ

KULTURA MANŽELSKÉHO SOUŽITÍ.....	56
----------------------------------	----

Kultura manželského soužití.....	56
Je manželství na ústupu?.....	57
Mentalita rozvodů.....	57
Vliv rozvodu na děti.....	59
Rodičovství jednoho rodiče.....	61

Kohabitace.....	67
Potenciál manželství.....	71
Dimenze partnerské lásky.....	77
Strategie pro posílení manželství.....	80

KAPITOLA TŘETÍ

VYTVÁŘENÍ ZDRAVÉHO MANŽELSTVÍ.....87

Vytváření zdravého manželství.....	87
Zakotvení manželství v dobrém charakteru.....	88
Vytvoření ochranného prostoru.....	88
Rozvoj intimity prostřednictvím důvěry.....	89
Kultivace společného pohledu na život.....	89
Investice času, úsilí, myšlenek a srdce.....	90
Naučit se dobře naslouchat.....	92
Jak se vypořádat s typickými zdroji konfliktů.....	92
Zvládání fází vývoje manželského vztahu.....	95

ČÁST DRUHÁ

O LÁSCE RODIČOVSKÉ.....105

KAPITOLA ČTVRTÁ

RODIČOVSKÁ LÁSKA.....107

Čím nás rodičovství obohacuje ?.....	107
Vývoj rodičovských postojů.....	109
Co nám děti vzkazují.....	113
Hodnota rodičovské lásky.....	119
Láska prarodičů.....	122
Rodičovství jako partnerství.....	123
Dva druhy rodičovské lásky.....	126
Rodičovství a charakter dítěte.....	130

KAPITOLA PÁTÁ

STYLY VÝCHOVY, DISCIPLÍNA A KÁZEŇ.....133

Styly výchovy, disciplína a kázeň.....	133
Výchovné působení rodičů.....	141
Jak Vás vidí Vaše dítě?.....	145
Tři rady, aby nás děti poslouchaly.....	147
Odměny a tresty.....	148
Výchova citová a sexuální.....	157
Protidrogová a protialkoholová výchova.....	162
Násilí a stoupající agresivita dětí.....	163

KAPITOLA ŠESTÁ

KULTURA RODINNÉHO ŽIVOTA.....165

Kultura rodinného života.....	165
Kouzelné dny v rodinném životě.....	169
Společné čtení.....	171
Rodinné večery.....	172
Rodinné tradice.....	176

LITERATURA.....185