

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