

10 O AUTORCE

11 VÍTEJTE NA CESTĚ

Trocha teorie

15 PRÁVNÍ ROZVOD A PSYCHOROZVOD

- 18 Rozvod a zátěž
 - 21 Rozvod, ztráta, truchlení a hojení
 - 22 Smysl psychorozvodu
 - 24 Fáze psychorozvodu
 - 34 Potřebné aktivní kroky
 - 36 Uváznutí
-

39 ODDĚLENÍ RODIČŮ A OCHRANA DĚTÍ

44 ODPOVĚDNOST ZA HOJENÍ

Emoce a hojení ve vnitřním světě

49 PROSTĚ TO BOLÍ

- 49 Bolest ze ztrát a truchlení
 - 51 Komplikace truchlení
-

- 52 Nedivte se projevům truchlení
53 Bolest starých zranění
56 Bolest ze zraňování
59 Bolest pochopení
60 Bolest z konfrontace s vlastním stínem
-

63 **ŠPATNĚ SE MI FUNGUJE, NEZVLÁDÁM PRÁCI A SVÉ POVINNOSTI**

67 **RADOST? CO TO JE?**

69 **JÁ TO BEZ NĚJ NEZVLÁDNU**

72 **JÁ TO NEZVLÁDNU**

74 **JÁ TO BEZ NÍ NEPŘEŽIJU**

75 **OKAMŽITĚ NA INTERNET!**

78 **MÁM NOVÝ ÚŽASNÝ VZTAH A UŽ SE NETRÁPÍM**

82 **TO PRÁZDNÉ MÍSTO...**

84 **KDO ZA TO MOHL?**

87 **NĚCO MI DLUŽÍ!**

88 **NENÁVIST ... TO SILNÉ POUTO**

91	POMSTA?
93	ROZVEDENÍ – NEROZVEDENÍ ANEB „NEVER ENDING STORY“
96	NĚJAK TRÁVÍM VÍČ ČASU V HOSPODĚ
98	UJEDU PRYČ
99	POŘÁD PRACUJU
100	GENERÁLNÍ ÚKLID DOMA I V DUŠI
103	POCITY VINY
103	Pocity viny – reálná vina – odpovědnost
106	Sebeobviňování jako strach z definitivní ztráty
107	„Zbytečné svědomí“ namísto zlosti
108	Pocity viny namísto truchlení
110	Pocity viny místo strachu
112	Problémy dětí jako připomínka viny rodiče
117	Odčinění a odpuštění viny
119	JSEM TAK OSAMĚLÁ
129	DEPRESE
132	SEBEVRAŽDA?

134 **PROTIMUŽSKÉ A PROTIŽENSKÉ OBDOBÍ**

135 **CO TĚ NEZABILO, MOŽNÁ TĚ POSÍLÍ**

137 **UŽ SE NEBOJÍM**

Změny v kontaktu s vnějším světem

141 **STAV: ROZVEDENÝ/Á**

142 **STABILIZACE NOVÉ SITUACE**

144 **ZDROJE SYCENÍ**

- 144 Prostředí
 - 146 Volný čas
 - 150 Společenství, podpůrné vztahy, kontakty
 - 150 Komunikace
 - 151 Sycení v ženském a mužském světě
 - 151 Hra s dětmi
 - 153 Kvalitní strava
 - 154 Není nutné držet hladovku
-

155 **UŽ NEJSME PARTNERY, ZŮSTÁVÁME
RODIČI (ALE KDO TO MÁ VYDRŽET)**

157	DÍTĚ NENÍ PARTNER
<hr/>	
158	ODCIZENÍ DÍTĚTE S RODIČEM A HRA O SYNDROM ODCIZENÍ
159	Válka rodičů a válka kolem odcizení
160	Dítě uprostřed konfliktu rodičů
161	Rodič pečující o dítě
162	Odcizený rodič
163	Posouzení a řešení problému
<hr/>	
165	NOVÝ PARTNER
<hr/>	
168	DĚTI A NOVÝ PARTNER
168	Počáteční seznamování
168	Co na to druhý rodič?
<hr/>	
170	NOVÁ RODINA
171	Co potřebuje v nové rodině dítě?
172	Co potřebuje nový partner?
172	Narození nového dítěte do rekonstruované rodiny
<hr/>	
175	ZÁVĚR
<hr/>	
176	LITERATURA
