

OBSAH

I. ČÁST TEORETICKÁ

| | |
|---|-----|
| 1. NULTÁ STUDIJNÍ HODINA (o úskalí lidské nedůvěry a nejistotě dění kolem nás)..... | 9 |
| 2. PRVNÍ STUDIJNÍ HODINA (O psychickém tréningu a především o možnostech odtrénování nedostatků a vad lidské osobnosti)..... | 14 |
| 3. DRUHÁ STUDIJNÍ HODINA (O podhoubí rozvoje žárlivosti a správném chápání všech zdrojů žárlení)..... | 24 |
| 4. TŘETÍ STUDIJNÍ HODINA (O různých druzích žárlení a různých stupních intenzity žárlení)..... | 37 |
| 5. ČTVRTÁ STUDIJNÍ HODINA (O žárlení přiměřeném, nepřiměřeném a výslovně chorobném)..... | 56 |
| 6. PÁTÁ STUDIJNÍ HODINA (O kvalitě žárlení z pozice dominantní a žárlení z pozice podřazenosti)..... | 78 |
| 7. ŠESTÁ STUDIJNÍ HODINA (O tom, jaký podíl viny na žárlení má ten, na něhož je žárleno)..... | 95 |
| II. ČÁST PRAKTICKÁ (VLASTNÍ TRÉNING) | |
| PREVENCE..... | 119 |
| 1. Prevece žárlení u ženy..... | 119 |
| 2. Prevence žárlení u muže..... | 130 |
| LÉČBA..... | 141 |
| Zmlknutí na téma nevěry..... | 143 |
| Kondiční odloučení..... | 144 |
| Tréningové večírky..... | 145 |
| Uzamčený sejf..... | 148 |
| ZÁVĚR..... | 157 |