

O B S A H

Úvod	4
1. PŘEHLED CVIČENÍ	6
1.1 Dívky a chlapci	9
1.2 Jak vycházet s časem	13
1.3 Krize	18
1.4 Lásky	28
1.5 Obavy	39
1.6 Odvaha	50
1.7 Okolní svět	55
1.8 Peníze	67
1.9 Pocity	73
1.10 Problémy v chování	84
1.11 Přání a hodnoty	96
1.12 Přátelé	110
1.13 Příroda	115
1.14 Radosti a smutky	124
1.15 Sebepojetí	127
1.16 Sny	134
1.17 Stres	137
1.18 Učení	143
1.19 Úspěchy a neúspěchy	149
1.20 Uznání	157
1.21 Vztah k autoritám	164
1.22 Zdraví	173
1.23 Zloba a hněv	179
1.24 Zrání	191
Závěr	196