

Obsah

Věnování	7
Motto coby aperitiv.....	9
Úvod	11
Čím se lišíme od předminulého „století nervosy“	13
Pověz mi zrcadlo aneb poznej sebe sama	19
Špetka psychoterapie aneb pozor na „rady od ježibaby“	57
Asertivita mýtů zbavená.....	91
Partnerská krize	111
U koho hledat pomoc	135
Hvězdné variace na autogenní trénink	147
Přečtěte si	149