

Na úvod	4
-------------------	---

Keď máš problémy

Keď sa pocikáš	5
Keď nevieš zaspáť	6
Keď niečo rozbiješ	6
Keď máš zlé sny	8
Keď máš zlú náladu	8
Keď nechceš nosiť okuliare	10
Keď sa niečoho bojíš	10
Keď sa ti do niečoho nechce	12
Keď nie si spokojný sám so sebou	12
Keď sa nudíš	14
Keď máš nejaký zlovyk	15
Keď ti rodičia nedovolia chovať doma zvieratko	16

V rodine

Keď sa rodičia hádajú	17
Keď sa rodičia rozvedú	18
Keď si mamička alebo ocino nájdu nového partnera	18
Keď sa musíš presťahovať	20
Keď do rodiny pribudne bábätko	20
Keď umrie niekto blízky	22
Keď si sám doma	23
Keď chceš kúpiť darček	24

V škole

Keď sa ťažko učíš	25
Keď si nešikovný	26
Keď ťa niekto nahovára na klamstvo alebo krádež	26
Keď si nevieš nájsť kamarátov	28
Keď máš trému	29
Vysvedčenie	30
Keď má niekto rečovú chybu	31
Keď sa nedokážeš sústrediť	32

Medzi kamarátmi

Keď je niekto iný ako ostatní	33
Keď sa ti niekto posmieva	34
Keď ťa niekto šikanuje	35
Keď niekto ubližuje kamarátovi	36
Keď sa zaľúbiš	37
Keď je niekto vulgárny	38
Keď sa na niekoho hneváš	38
Keď sa s tebou poháda kamarát	40

V obchode alebo na ulici

Keď zbadáš zlodēja	41
Keď ti v obchode nesprávne vydajú z peňazí	42
Keď nájdeš cudziu peňaženku	42
Keď sa stratíš	44
Keď ti niekto ponúka cigarety, alkohol alebo drogy	44
Keď ťa niekto cudzí chce odviezť autom alebo odprevadiť	46
Keď nájdeš na zemi injekčnú striekačku	47
Keď nájdeš spadnuté drôty vysokého napätia	48

Cestovanie

Keď cestuješ sám	49
Čierny pasažier	50
Keď sa nevieš dohovoriť cudzím jazykom	50
Keď nastúpiš do nesprávneho autobusu, vlaku alebo električky	52
Keď prechádzaš cez cestu	53
Keď vidíš nevidiaceho človeka prechádzať cez cestu	54

Prvá pomoc

Kde môžeš hľadať pomoc	54
Ako môžeš pomáhať druhým	56
Keď sa niekto topí	56
Keď sa niekto poreže	58
Keď horí	58
Keď sa niekto popáli alebo obarí	60
Ako správne telefonovať	60

Na záver	62
--------------------	----