

Obsah

| | |
|----------------------------------|----|
| Poznámka vydavatele | 7 |
| Úvod ke třetímu vydání | 11 |
| O nás | 15 |

1. ČÁST

Jak porozumět hraničnímu chování

| | |
|--|----|
| 1. KAPITOLA Má někdo, na kom vám záleží, hraniční nebo narcistickou poruchu osobnosti? | 19 |
| 2. KAPITOLA Co je to hraniční porucha osobnosti? | 39 |
| 3. KAPITOLA Jak porozumět narcistovi | 63 |
| 4. KAPITOLA Život v papířáku: Jaký dopad má hraniční chování na vás | 81 |

2. ČÁST

Jak znovu převzít kontrolu nad svým životem

| | |
|---|-----|
| 5. KAPITOLA Provedení změn v sobě samém | 99 |
| 6. KAPITOLA Jak porozumět své situaci: nastavení hranic a zdokonalení dovedností | 125 |

| | |
|--|-----|
| 7. KAPITOLA | |
| Jak prosadit své potřeby jasně a sebejistě | 153 |
| 8. KAPITOLA | |
| Vytvoření bezpečnostního plánu | 177 |
| 9. KAPITOLA | |
| Jak před chováním způsobeným HPO ochránit děti | 195 |

3. ČÁST Řešení specifických problémů

| | |
|---|-----|
| 10. KAPITOLA | |
| Očekávání zdánlivě nevyhnutelného: vaše hraniční dítě | 219 |
| 11. KAPITOLA | |
| Lži, fámy a obviňování: dezinformační kampaně | 239 |
| 12. KAPITOLA | |
| Co teď? Rozhodování o vašich vztazích | 251 |
| DODATEK A | 263 |
| DODATEK B | 271 |
| DODATEK C | 275 |
| DODATEK D | 283 |
| Poděkování | 289 |
| Literatura | 293 |