



OBSAH

- 7 Před zavřenými dveřmi
- 10 Skvělé předsevzetí
- 15 **SEDM KROKŮ**
- 17 **1** Citové pouto
- 33 **2** Hranice a důsledky jejich překročení
- 57 **3** Intenzivní emoce
- 71 **4** Přehodnocení vzorců chování
- 85 **5** Zachování pouta
- 101 **6** Když přijdou krize
- 115 **7** Včasné odpoutání
- 130 **DŮLEŽITÁ TÉMATA**
- 133 Proč si povídat jen tak – small talk
- 138 Ocenění historie dítěte
- 141 Škola
- 151 Sociální média a čas strávený nad displejem
- 162 Šikana – boj o právo někam patřit
- 171 Spánek a stres
- 179 Probouzející se sexualita
- 188 Tělo, vzhled a výživa
- 196 Alkohol a drogy
- 202 Večírky
- 208 Co dělat v případě závažných problémů?