



Obsah

Předmluva – PhDr. Eduard Bakalář	11
Úvod: Ukradená duše	15
1. kapitola: Křehká rovnováha	21
Jednotný rodičovský postoj	25
Když „mlčeti zlato“ přestává platit	28
Jak rozlišovat užitečnou a škodlivou kritiku	30
2. kapitola: Pomluvy, napadání, programování	41
Pomlouvání	41
Ostrá kritika, napadání	45
Programování	48
Syndrom zavrženého rodiče	49
Děti, které rozvodovým jedům odolávají	53
3. kapitola: Odcizené děti	60
Kampaň nenávisti	61
Banální odůvodnění nenávisti	62
Křivá obvinění ze zneužívání	67
Polarizování rodičů: svatí a hříšníci	74
Papouškování výroků dospělých	75
Vyhlášení nezávislosti	75
Rozšíření nepřátelství na celou rodinu	77
Zavržení bez vlivu rozvodových jedů	86
Ospravedlnitelné zavržení	86

Zavržení vycházející z dítěte	88
Jaké jsou kořeny zavržení	92
Jde o zavržení, nebo ne?	95
Křivé obvinění ze syndromu zavrženého rodiče	109
4. kapitola: Zlovolné motivy	113
Chatrné hranice	114
Pomsta	117
Narcismus	119
Pocit viny	124
Nejistota	125
Snaha o sebepotvrzení	126
Neustávající nenávisť	127
Paranoia	132
Znovupřehrávání	135
Nepřátelství k dětem	138
Spor o svěřeni dítěte do výchovy	140
Jak předcházet zavržení v průběhu soudního sporu	150
Nový sňatek	153
5. kapitola: Prostředí, ve kterém dochází k zavržení rodiče	168
Izolace	168
Přesídlení	172
Únos	179
Obnažení	184
Strach	186
6. kapitola: Deformace skutečnosti	189
Hra se jmény	189
Opakování	197
Selektivní pozornost	198
Posuzování chování vytrženého z kontextu	205
Zveličování	211
Lži	213

Přepisování historie	215
Teorie úplné proměny	219
Náznaky a narážky	220
Vykořisťování	224
Projekce	225
Racionalizace	229
Ctnostnější než kdokoli jiný	233
Bůh je na naší straně	234
„Pravda“	239
Rozmazlování	241
Neoprávněný zásah	244
Špionážní příběhy	249
Kognitivní disonance	251
Spiknutí	252
„Odolné balení“	253
7. kapitola: Zvládání rozvodových jedů	258
Empatie	260
Síla nepřímé komunikace	261
Moucha na zdi	263
Nadvakrát vzdáleno	264
Využití třetí strany	265
Kujte železo, dokud není žhavé	267
Stavba mostů	268
Hojivé zážitky	272
Připomínání pozitivních zážitků	274
Takoví jsme byli	277
Zasévání semínek do duše	279
Dovolená	280
Rozděl a panuj: oddělení sourozenců	282
Nákaza pod kontrolou: jak dětem pomoci zachovat neutrální postoj	283
Bůh je na naší straně – část druhá	285
Shodli jsme se na tom, že se neshodneme	287
Nikdo není dokonalý	289
Přemýšlej sám	290

Programování 101	291
Filmy a televize	296
Staňte se lepším rodičem	298
Vyhňte se obvyklým chybám	300
Předcházení škodám	305
Den usmíření Ann Landersové	308
8. kapitola: Pomoc odborníků	310
Kdy žádat terapeuta	310
Jak vám může terapie pomoci	312
Jak můžete terapeutovi sami pomoci	316
Výběr terapeuta	318
Podmínky terapie	324
Znalecké posudky o výchovných předpokladech	335
Postupný přechod nebo jednorázové přestěhování	340
Odstěhování od jednoho z rodičů bez nastěhování k druhému rodiči	343
Jak si najmout advokáta	345
9. kapitola: Kdy to vzdát	349
Kdy to vzdát	350
Jak to vzdát	351
Jak zůstat v kontaktu poté, co to vzdáte	355
Nové mosty	356
Odcizené děti v dospělém věku	357
Jak se vyrovnat se ztrátou	359
Naděje pro budoucnost	361
Doslov – JUDr. Karel Friml, CSc.	364
O autorovi	366
Slovo dětského psychiatra – MUDr. Jiří Švarc	368
Slovo dětské psycholožky – Doc. PhDr. Jana Kocourková	369
Důležité adresy	371
Rejstřík	376