

TURINYS

<i>Ižanga</i>	9
1 <i>Drąsa</i>	21
1. Drąsa stebėti nevertinant	22
2. Drąsa tyrinėti proto ir kūno ryšį	30
3. Drąsa pripažinti savo jausmus	39
4. Drąsa atlaikyti stresą	51
5. Drąsa nubrėžti ribas	63
2 <i>Atjauta</i>	71
6. Šiltai apkabinti krizę	73
7. Atjauta sau	79
8. Atverti savo širdį	85
9. Gero pokalbio menas	89

3 <i>Pasitikėjimas</i>	107
10. Pasitikėkite savo vaiku, pasitikėkite savimi	109
11. Troškimas	115
12. Jūsų vaiko kelias	126
13. Pasitikėjimas per gerumą	134
14. Pasitikėti laime	141
<i>Pabaigos</i>	<i>žodis</i> 147
<i>Bibliografija</i>	149
<i>Padėka</i>	151
<i>Ištekliai</i>	154
<i>Apie autore</i>	155
<i>Pratimai</i>	<i>tėvams ir paaugliams</i> 157