

## TURINYS

Palydimasis žodis .....	5
Kodėl rašau .....	9
IVADAS .....	12
<b>I DALIS. NARKOTIKAI JAU LIETUVOJE .....</b>	<b>13</b>
Narkotikai jau Lietuvoje .....	14
Narkomanijos ir alkoholizmo mastai Lietuvoje .....	15
Kas yra narkotikai? .....	17
Svaiginimosi priežastys .....	21
Svarstymai, ką daryti .....	25
Kuo kalti tėvai dėl jų vaikų noro svaigintis .....	26
Televizija mūsų gyvenime .....	30
Paauglys - jau narkomanas .....	31
Kaip padėti vaikui, patekusiam į priklausomybę .....	32
Svaigalų poveikis smegenims .....	34
Priklausomybės vystymasis .....	36
Dėmesys priklausomybės ligų prevencijai .....	38
<b>II DALIS. ŽVILGSNIS Į VIDINĮ ŽMOGAUS PASAULĮ .....</b>	<b>39</b>
Žmogaus samprata .....	40
Vidinio žmogaus pasaulio sudėtingumas ir paslaptįgumas .....	42
Žmogaus vidinio pasaulio žemėlapis .....	43
<b>III DALIS. KAIP MYLĖTI IR UGDYTI SAVO VAIKĄ .....</b>	<b>52</b>
Vaikystė .....	53
Paauglystės ypatumai .....	55
Paauglystės depresija .....	58
Pagalba depresijos atveju .....	59
Diskutuokime su paaugliu pačiais aktualiausiai klausimais .....	60
Paauglys mokykloje .....	61
Dvasinė pagalba paaugliui .....	63
Lytinis brendimas .....	65

Laisvas pasirinkimas .....	67
Pasirinkus ne tą .....	69
<b>IV DALIS. TOBULĖJIMO KELIAS .....</b>	<b>72</b>
Norėkime tobulėti .....	73
Mūsų mintys - mūsų likimas .....	74
Individuacija .....	78
Šešėlis .....	80
Antroji mūsų pusė (animus ir anima) .....	82
Persona .....	93
Savastis .....	96
Dvasinė krizė arba kelionė .....	97
Kaip išvengti krizės .....	99
<b>PABAIGOS ŽODIS .....</b>	<b>103</b>