

JE LEPŠÍ JEDNA,
NEBO VÍCE
KAMARÁDEK?

JAK NAJÍT
KAMARÁDKU?

JAK POZNAT
PRAVÉ
PŘÁTELSTVÍ?

LEXIKON KAMARÁDSTVÍ



PROČ
POTŘEBUJEME
PŘÁTELE?

PORADNA
KAMARÁDSTVÍ

CO DĚLAT,
KDYŽ KAMARÁDKA
ŽÁRLÍ?

bambook®

bamboo[®]

JE LEPŠÍ JEDNA,
NEBO VÍCE
KAMARÁDEK?

JAK NAJÍT
KAMARÁDKU?

JAK POZNAT
PRAVÉ
PŘÁTELSTVÍ?

LEXIKON KAMARÁDSTVÍ



PROČ
POTŘEBUJEME
PŘÁTELE?

PORADNA
KAMARÁDSTVÍ

CO DĚLAT,
KDYŽ KAMARÁDKA
ŽÁRLÍ?



OBSAH

1. ČÁST

VŠECHNO O KAMARÁDSTVÍ

- 10 Proč potřebujeme kamarády a přátele
- 22 Jedna, nebo více kamarádek?
- 26 Jak najít kamarádku, kamarádky
- 40 Jak pečovat o kamarádství?

2. ČÁST

PORADNA KAMARÁDSTVÍ

- 48 Zrada
- 52 Šikana
- 56 Lhaní
- 58 Opuštění
- 62 Žárlivost
- 66 Pomlouvání
- 68 Ignorování

JAK SE VYPOŘÁDAT S DALŠÍMI SITUACEMI

- 70 Kamarádka tě napodobuje a ve všem se opičí
- 74 Kamarádka ti nedává svobodu
a má tendence tě omezovat
- 76 Kamarádka tě nedokáže vyslechnout,
když máš trápení



OBSAH

- 78 Kamarádka ti nepomůže, když to potřebuješ
- 80 Kamarádka tě využívá
- 82 Ráda bys kamarádství ukončila, ale nevíš, jak na to
- 84 Máš ráda obě své kamarádky, ale ony se navzájem nemají rády
- 86 Odcházíš na jinou školu a máš strach o dlouholeté kamarádství
- 88 Kamarádka je věčně našťvaná a negativní
- 90 Kamarádka tě nutí dělat věci podle ní



3. ČÁST

ZÁSADY KAMARÁDSTVÍ

- 94 Vzájemná podpora
- 96 Ochota pomoci
- 98 Živý kontakt
- 100 Vzájemná důvěra
- 102 Obě dáváte a berete stejně
- 104 Dáváte si prostor a čas
- 106 Vzájemná tolerance
- 108 Já a ty

AHOJ HOLKY,

kamarádství je důležité pro každou z nás.
Přináší nám do života spoustu radosti a obohacuje nás.
Ale asi každá z nás si v kamarádství někdy nevěděla rady.
V téhle knížce najdete spoustu holčičích příběhů ze života,
ale hlavně rad, jak kamarádství zvládnout.



1. ČÁST

VŠECHNO O KAMARÁDSTVÍ

Kamarádství a přátelství je jedním z nejdůležitějších vztahů, které ve svém životě máme. Vztahy mezi lidmi nám pomáhají vyznat se sami v sobě a porozumět světu kolem. A zvláště v dětství a dospívání nám vztahy pomáhají najít naše místo ve světě. Vztahy zkrátka utvářejí náš život.

Nejsme ale všichni stejní. Náš svět je úžasný právě tím, že každý z nás je originál, je jedinečný, má svoji hodnotu a dokonale zapadá do mozaiky všech ostatních. Proto i naše vztahy, a to i kamarádské a přátelské, mají tisíce podob. A žádná z nich není horší nebo lepší než jiná.

