

СОДЕРЖАНИЕ

Родителям от автора	5
Будущим взрослым от автора	8
Гайд. Как работать с книгой	17

Часть 1. Как устроен взрослый мир

Глава 1. Занятия в группе	21
Глава 2. Всё не так сложно	53
Глава 3. Принципы взрослой жизни	107

Часть 2. Как пройти подготовку

Глава 1. Моё «я»	163
Глава 2. Моё самоопределение	233
Глава 3. Мои отношения	272
Заключение	317