

Spis treści

Podziękowania.	9
Część pierwsza. Rozwiązania, czyli podróż waszego życia	
Rozdział pierwszy. Wstęp do dorosłości (Rozłóż mapę)	13
Rozdział drugi. Podstawy komunikacji (On to, ona tamto)	21
Rozdział trzeci. Radzenie sobie w sytuacjach społecznych (Unikanie przeszkód)	33
Rozdział czwarty. Radzenie sobie z problemami sensorycznymi (Kiedy po prostu już nie mogę)	45
Rozdział piąty. Zainteresowania i wzorce zachowań (Kultura geeków)	63
Rozdział szósty. Manieryzmy (Niech żyją dziwactwa)	73
Część druga. Mieszkanie. Własne miejsce	
Rozdział siódmy. Opuszczamy gniazdo (Potrafisz latać!)	89
Rozdział ósmy. Samodzielne mieszkanie (Pan na włościach)	97
Rozdział dziewiąty. Życie z innymi (Nowa rodzina)	103
Część trzecia. Niezależność. Święty Graal dorosłości	
Rozdział dziesiąty. Zarządzanie czasem (Zapanuj nad nim)	121
Rozdział jedenasty. Kwestie transportowe (Jedź, dokąd chcesz)	137
Rozdział dwunasty. Zarządzanie pieniędzmi (Bądź swoim bankierem)	155
Rozdział trzynasty. Samodzielne radzenie sobie z problemami (Koniec z udręką)	167
Rozdział czternasty. Samorzecznictwo (Mów prawdę)	183
Rozdział piętnasty. Ujawnienie się (Mówić czy nie mówić?)	197

Część czwarta. Rozrywka. Czasami to tylko zabawa

Rozdział szesnasty. Kluby i grupy (Zabawa z innymi)	209
Rozdział siedemnasty. Samotna rozrywka (Kto powiedział, że zabawa to sport zespołowy?)	215
Rozdział osiemnasty. Przyjaźń (Zasady)	223
Rozdział dziewiętnasty. Randki i intymność (To nie film)	233

Część piąta. Praca. Utrzymanie domu

Rozdział dwudziesty. Gotowi do pracy (Każdy szuka kogoś z umiejętnościami)	249
Rozdział dwudziesty pierwszy. Jak dobrze wypaść na rozmowie (Pewność siebie)	263
Rozdział dwudziesty drugi. Masz pracę! I co dalej? (Jak odnieść sukces)	273

Część szósta. Z perspektywy. Wszystko razem

Rozdział dwudziesty trzeci. Ostatnie wskazówki (Jesteście gotowi!) . . .	285
Atlas.	293