

Obsah

Předmluva	9
Pozvání k setkání nad otázkami o výchově dětí i o nás samých jako rodičích	13
Kdo jsme a co bylo na počátku	15
1. kapitola	
V čem je vlastně potíž?	21
Co dnes trápí rodiče při výchově dětí?	23
2. kapitola	
Návrat do dětství	27
Různé rodiny, různé dětství	28
Jací jsme tedy rodiče a proč?	32
Co z výchovy v původní rodině převzít a čeho se vyvarovat?	35
Bezpodmínečná láska	39
Chyby ve výchově dovoleny	40
3. kapitola	
Jaképak to dítě asi bude?	41
Temperament, nebo výchova?	43
Co všechno utváří náš styl výchovy?	59
4. kapitola	
Specifické děti – specifické potřeby	63
Není neklid jako neklid	66
Doporučení pro rodiče neklidných dětí v kojeneckém věku	72
Doporučení pro rodiče neklidných dětí v batolecím věku	73
Doporučení pro výchovu neklidných dětí v předškolním věku	74
Doporučení pro rodiče neklidných dětí ve školním věku	75
5. kapitola	
Vyjadřování emocí v rodině	77
Proč je dobré vyjadřovat emoce	78
Vyjadřování negativních emocí	80
Vyjadřování pozitivních emocí	81

6. kapitola	
Nejen rodiče, ale i manželé (partneři)	83
Manželství dnes	84
Virtuální realita a pocit nedostatku štěstí v manželství	86
Byli jsme moc mladí/už staří	87
Já a ty nebo my	87
Konflikty v manželství a děti	91
Krize v manželství a děti	96
Rozchod a děti	97
Neúplná rodina	100
Rozdíly mezi muži a ženami?	101
Udržování manželského vztahu	106
Snažte se a neočekávejte úspěch a štěstí	107
7. kapitola	
Výchova v rodině jako trénink pro budoucnost	109
Co z tebe vyrostete?	110
Různí lidé – různé představy	112
Výchova vždy s klidem a po dobrém?	117
Dnes tolik nepopulární poslušnost	118
A co samostatnost?	119
Nezábavné povinnosti	121
Rozhodování a jeho důsledky	122
Vývojové úkoly	123
8. kapitola	
Odpovědi na dotazy rodičů o výchově	127
Potíže s autoritou	127
Nepříjemné nebo nežádoucí projevy v chování dítěte	132
Obavy o správný vývoj dítěte	144
Nejistoty a pochybnosti o vlastní rodičovské kompetenci	150
9. kapitola	
Závěrem – dost dobří rodiče	155
Doporučená literatura pro rodiče, kterým to ještě nestačilo	157
Literatura	158