

Slovo úvodem..... 5

**PROČ DĚTI VZDORUJÍ?.....7**

Vývojové milníky v období vzdoru..... 8

Stát se srozumitelným: Učení se řeči..... 9

Vnímání sebe sama: „Já jsem já“ ..... 10

Získat jistotu: Samostatnost ..... 12

Odhadnout situaci:

Schopnost vcítit se ..... 13

**Umění dát dítěti vše, co potřebuje... .. 16**

Co děti potřebují..... 17

Co děti chtějí..... 20

Svět vzdoru ..... 23

Svět přání – „Já chci“ ..... 23

Svět povinností – „Já musím“ ..... 24

Jak můžete naložit se Světy vzdoru ..... 26

## PRAXE

### VZDOR ZE VZTEKU

**A SILNÉ VŮLE..... 35**

„Ale já chci...!“ Záchvaty vzteku

u paličáků do tří let ..... 36

(Také) otázka temperamentu ..... 37

Správné zacházení se záchvaty vzteku . 40

Jak to řeknu svým rodičům? ..... 40

Zvlášť drastické záchvaty vzteku:

Jak pomoci dítěti ..... 45

„To, co říkáš, neudělám!“

Vzdor od tří let ..... 48



Malé děti, velcí bojovníci..... 49

Co malým umíněncům od tří let

opravdu pomáhá..... 52

Když záchvaty vzteku neustávají ..... 59

„Takhle jsem silné!“

Bití a kousání do tří let..... 64

Proč je naše dítě tak agresivní? ..... 65

Správné jednání s malým „Rambem“ .. 67

„Praštím tě!“

Agresivní chování od tří let..... 68

Když dítě zůstává agresivní ..... 69

Naučit se pokojně řešit konflikty..... 70

„To je nespravedlivé!“ Sourozenectví... 74

Když přijde „nové“ děťátko ..... 75

Jak se vaše dítě vypořádá se změnou ... 76

Kdo začal? Hádky mezi umíněnci..... 77

Hledání spravedlivých řešení..... 78

**VZDOR ZE STRACHU ..... 81**

„Zůstaň se mnou!“ Separáčnický úzkost

u dětí do tří let ..... 82

Typické situace strachu ..... 83

Jak vaše dítě získává důvěru ..... 86



**„Nevěřím si!“**

<b>Strach v předškolním věku</b> .....	88
Ostýchavost – vrozená a naučená.....	89
Dodejte svému dítěti odvalu!.....	91

**„Jsem k smrti vyděšené!“**

<b>Úzkostné fantazie a fobie</b> .....	96
Dětské fobie.....	97
Jak vaše dítě zdolá svůj strach.....	99

**VZDOR PŘI SPÁNKU, JÍDLE  
A HYGIENĚ** .....

103

**„Já nechci do postele!“**

<b>Učení se spánku</b> .....	104
Vnitřní hodiny .....	105
Spánkové návyky vašeho dítěte .....	106
Strach z usínání.....	108

**„Tohle nechci!“**

<b>Správné stravování</b> .....	110
Jídlo = stres? .....	111
Aby to u rodinného stolu fungovalo ..	112

**„To ale nemusím!“ Hygiena**.....

116	
Od plenek k záchodu .....	117
Co pomáhá při hygieně .....	118

## ZÁVĚR

<b>REJSTRÍK</b> .....	122
-----------------------	-----