

Poděkování a doporučení	7	Dvou až tříleté děti	22
KAŽDÉ DÍTĚ POTŘEBUJE PEVNÁ PRAVIDLA	9	Čtyř až šestileté děti	24
Rodiče potřebují dobrou „výzbroj“	11	Malí školáci: děti od sedmi let	26
Jde to s dětmi „z kopce“?	12	Nechte se vést...	30
Ukázky příkladů „zlobivých dětí“ mezi osmi měsíci a osmi lety	15	Pro která pravidla se rozhodnout?	30
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	17	Kterým problémům je třeba zabránit?	36
Smysluplná pravidla pro děti každého věku	19	Shrnutí toho nejpodstatnějšího	39
Kojenci: První rok života dítěte	19	Proč děti vyhlašují válku?	43
		Důvody nevhodného chování – uzavřený kruh, patová situace	45
		Konkrétní příklady	48

Neodměňujte nevhodné či nepřiměřené chování svého dítěte	52
Naslouchejte svému dítěti	52
Jak efektivně zabránit bojům o moc?	52
Dejte dítěti více zodpovědnosti	56
Zaveďte pevné rituály	59
Čas lásky a přízně	63
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	65

Když rodiče jednají nejistě a nedůsledně	67
Výčitky a domluvy	67
Proč?	68
Když vás děti přemlouvají a snažně vás prosí	69
Neuposlechnutí bez potrestání	70
„Skutek utek!“ neboli výhrůžky bez následků.	71
Ignorování	73
Typické situace	74

Když rodiče jednají nepřiměřeně	77	Otázky a odpovědi k time-outu	134
Výčitky a nadávky	77	Motivace	136
Výhrůžky a tresty	78	Pravidla – otázky – činy	138
Fyzické tresty	79	Stanovte jasná rodinná pravidla	145
Pocity viny nic nesprávi	80	Sebekontrola: Rady pro rodiče	145
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	81	Smlouva mezi rodiči a dětmi	147
Soustředte se na pozitivní	86	Jak slibovat odměny	151
Berte své dítě takové, jaké je	88	Proč to nefunguje u všech dětí?	157
Dodávejte dítěti odvahu	88	Shrnutí toho nejpodstatnějšího	161
Dávejte úspěchům dětí ta pravá jména	90	Berme děti vážně	165
Stanovte jasná rodinná pravidla	93	Chytré poznatky	165
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	95	Spontánní poskytnutí přízně	166
Vyjadřujte se jasně a zřetelně	97	Neočekávaná reakce	167
Dávejte dítěti jasné a srozumitelné instrukce	97	Kdo s koho	168
Kontrolujte svou řeč těla i svůj hlas 101		Objevte nové dimenze	169
Metoda „poškozené gramofonové desky“	103	Volba vhodného pomocníka	170
Proměňte svá slova v činy	109	Požádejte o radu maňáska	170
Chybami se člověk učí	110	Vyprávějte mu příběhy	170
Trest časové prodlevy	121	Leo a jeho dudlík	171
		Míšina maminka udělá všechno	173
		Shrnutí toho nejpodstatnějšího	175
		Rejstřík	176