

OBSAH

Předmluva	5
Jak to bylo se mnou	7
Základy výchovy podle Konceptu kontinua	9
MIMINKO A JEHO POTŘEBY	11
Kojení	15
Kojení a strava	17
Bylinky a kojení	23
Kojení a vylučování	25
Neustálá blízkost	27
Šátkování	28
Spaní ve společné posteli	34
Bezplenková komunikační metoda	37
Jak rozpoznat, že miminko potřebuje	40
LEZŮNĚ, BATOLE A VĚTŠÍ	47
Nechat dítěti zodpovědnost	49
Samohlídání	59
Komunikace	62
Civilizační pasti	70
Konkrétní situace	78
Kdy samohlídání nefunguje	80
Hranice a jejich nastavování	81
Zlobivé dítě neexistuje	87
JÁ SAMA A MOJE OKOLÍ	97
Co se zbytkem rodiny	105
Rozloučení	106