

Obsah

Úvod / 5

Od primitiva po génia / 7

Zcitlivět či otupět / 9

Zprávy „natlučené do hlavy“ / 10

Začínáme se učit „složitosti“ / 12

Výlety do vzpomínek / 15

Výlety v časech a prostorech uvnitř vlastní mysli / 16

Úkoly pro chytré hlavy / 19

Miranda a Anička / 22

Zpátky k úkolům / 27

Proč právě operantně? / 34

Další úkoly pro chytré hlavy / 34

Než nahlédneš pod povrch, podívej se, co je na něm / 38

ABC analýza chování / 41

Kde je asi pravda? / 42

Úkoly pro chytré hlavy / 44

Lenka a Hurrican / 47

Zpátky k úkolům / 50

Podtrženo, sečteno / 59

Další úkoly pro chytré hlavy / 60

Jinou cestou ke stejnému cíli / 63

Zvyk je železná košile... a stres z ní dělá ocelovou / 63

Jak vyvést Uctíváče Slunce z temnoty / 65

Posilování neslučitelného chování (DRI) / 66

Úkoly pro chytré hlavy / 68

Iris a Iveta / 71

Zpátky k úkolům / 74

V klidu najdi lepší zkratku k cíli / 78

Další úkoly pro chytré hlavy / 79

Být pánem svého stresu / 81

Čtyři otázky, na které potřebujeme odpověď / 84

Úkoly pro chytré hlavy / 89

Tascha a Bára / 92

Zpátky k úkolům / 95

Mně stačí mít tu možnost / 105

Další úkoly pro chytré hlavy / 107

Hledání rovnováhy / 110

Když vlky z lesů žene hlad / 111

A nejen hlad žene vlky z lesů / 114

Pracovat, aniž by se pracovalo / 116

Úkoly pro chytré hlavy / 117

Darby a Dominika / 122

Zpátky k úkolům / 124

Kam až oko dohlédne a ucho doslechne / 131

Když to nejde tam ani tam / 133

Strážce pokladu / 134

Rozdělení... a o to k sobě blíží / 137

Další úkoly pro chytré hlavy / 140

Drobnosti, co hýbají horou / 142

Malé a velké stresové trojúhelníky / 143

Ctrl+Alt+Del ve zvířecí hlavě / 145

První krok pro zvíře či nulová varianta chování (default behavior) / 151

Varianta minimálního posílení – LRS (least reinforcing scenario) / 152

Krok zpět (one step back, back to kindergarten)	/	154
Chování o malé či velké energii	/	158
Malé a velké default behavior	/	161
Úkoly pro chytré hlavy	/	164
<i>Ashley a Anička</i>	/	167
Zpátky k úkolům	/	171
Dejme si to do tabulky	/	174
Pár slov o „únicích do vlastního světa“	/	176
Zpátky k tabulce	/	177
Mezi tabulkou, grafem a realitou	/	179
Další úkoly pro chytré hlavy	/	186

A ještě vám dlužím ta řešení... / 190

První kapitola – Od primitiva po génia	/	190
Druhá kapitola – Než nahlédneš pod povrch, podívej se, co je na něm	/	196
Třetí kapitola – Jinou cestou ke stejnému cíli	/	202
Čtvrtá kapitola – Být pánem svého stresu	/	207
Pátá kapitola – Hledání rovnováhy	/	210
Šestá kapitola – Drobnosti, co hýbají horou	/	214

Dá se v životě všechno spočítat? / 231

Doporučená literatura	/	234
-----------------------	---	-----

O autorovi	/	235
------------	---	-----