

# Obsah

Poděkování.....	8
Rychle lze vyhledat radu: .....	9
Úvod.....	10
Kapitola 1	
<b>Základy péče.....</b>	<b>12</b>
Péče o sebe .....	12
Přijetí a porozumění.....	16
Zdravá sebedůvěra .....	20
Snižování úzkosti .....	22
Kapitola 2	
<b>Objevování toho nejlepšího v dítěti .....</b>	<b>28</b>
Překlenutí společenské a emocionální propasti.....	28
Nejlepší přístup .....	34
Podpora dodržování pravidel a motivace.....	38
Zvládání obtížných situací .....	40
Kapitola 3	
<b>Obecné problémy od A do Z .....</b>	<b>43</b>
Vztek a agresivita .....	43
Problémy s pozorností.....	46
Usínání a spánek .....	50
Deprese .....	53
Problémy s jídlem.....	56
Psaní, rukopis .....	60
Dohled při plnění domácích úkolů .....	63
Motorické dovednosti a koordinace.....	64
Perfekcionismus.....	67
Rigidita.....	71
Problémy se školou.....	74
Smyslové problémy .....	83

Mimořádné události, společenská setkání, výlety .....	86
Řeč a konverzace .....	91

## Kapitola 4

<b>Osobní zpověď a rozjímání</b> .....	95
Dárek .....	95
Co jsem se naučila .....	95
Planeta Asperger .....	96

<b>Přílohy</b> .....	98
Příloha 1: Aplikovaná behaviorální analýza (ABA) .....	98
Příloha 2: Plánování intervence ABA – příklad .....	100
Příloha 3: Žetonové konto .....	102
Příloha 4: Základní pravidla – příklad .....	104
Příloha 5: Sešit emocí – příklad .....	105
Příloha 6: Vztek – příklad .....	106
Příloha 7: Slovník emocí – příklad .....	107
Příloha 8: Šťastný a smutný obličej – příklad .....	109
Příloha 9: Rozdělení úkolu na malé kroky – příklad .....	110
Příloha 10: Správná řeč .....	111
Příloha 11: Ublížení nebývá vždy úmyslné .....	112
Příloha 12: Škádlení a žertování .....	114
Příloha 13: Šikana .....	116
Příloha 14: Opatření proti šikaně – příklad .....	117

<b>Přehled dobrých rad</b> .....	118
----------------------------------	-----