

---

---

# Obsah

Úvod – Proč ve vztahu k dětem budovat hranic	...3
<b>PROČ DĚTI POTŘEBUJÍ HRANICE</b>	
Budoucnost se tvoří už teď	...8
Jak vypadá charakter?	...17
Děti potřebují rodiče s hranicem	...30
<b>DESET PRINCIPŮ HRANIC, KTERÉ VAŠE DĚTI POTŘEBUJÍ ZNÁT</b>	
Co se stane, když to udělám? – <i>Zákon setby a žně</i>	...46
Táhnout svůj vagón – <i>Zákon zodpovědnosti</i>	...61
Všechno to nezvládnou, ale také nejsem úplně bezmocný – <i>Zákon moci</i>	...74
Nejsem jediný, na kom záleží – <i>Zákon úcty</i>	...88
Jiné důvody než „kvůli mamince“ – <i>Zákon motivace</i>	...103
Bolest může být darem – <i>Zákon hodnocení</i>	...115
Záchvaty vzteku se nemusí opakovat navždy – <i>Zákon proaktivity</i>	...127
Když cítím vděk, jsem šťastnější – <i>Zákon závidění</i>	...142
Nastartovat svůj motor – <i>Zákon aktivity</i>	...155
S poctivostí nejdál dojde – <i>Zákon viditelnosti</i>	...168
<b>UPLATŇOVÁNÍ HRANIC U DĚTÍ</b>	
Vyhrňte si rukáv – <i>Šest kroků při uplatňování hranic u dětí</i>	...180