

# Obsah

<b>K</b> uskutečnění dobrých záměrů při výchově a vzdělávání potřebujeme i dobré nástroje .....	5
<b>Jak jsem prožila to, o čem je tato kniha</b> .....	6
<b>I. Hranice jsou nutné - jde ale o to, jak je vytváříme</b>	
Partnerský versus mocenský přístup ve výchově a vztazích .....	9
<b>II. Mluvíme, mluvíme... a nějak to nefunguje</b>	
Neefektivní způsoby komunikace .....	23
<b>III. Jsi fajn. Jen je třeba udělat...</b>	
Efektivní komunikační dovednosti a postupy .....	48
<b>IV. Potřebujeme, aby druzí chápali a přijímali, když se cítíme v nepohodě</b>	
Zvládání negativních emocí .....	82
<b>V. A za trest budeš...!</b>	
Rizika trestů ve výchově .....	121
<b>VI. Opravdu se zlobím!... Tak co teď navrhuješ?</b>	
Co namísto trestání - přehled výchovných postupů a komunikačních dovedností .....	139
<b>VII. Když budeš hodný, dostaneš za odměnu... Ty jsi ale šikulka!</b>	
Rizika odměn a pochval ve výchově a co namísto nich .....	154
<b>VIII. Cukr a bič nebo vlastní chtění?</b>	
Vnější a vnitřní motivace .....	178
<b>IX. Co všechno děti potřebují</b>	
Výchova, vzdělávání a základní lidské potřeby .....	188
<b>X. Kdo se naučí vážit si sám sebe, naučí se vážit si také ostatních</b>	
Sebeúcta - jádro naší osobnosti .....	205
<b>XI. Lepší je předcházet, než napravovat</b>	
Proaktivní výchova .....	213
<b>XII. Škola má větší možnosti, než nabízí její tradiční podoba</b> .....	238
<b>XIII. Výchova k poslušnosti je rizikem pro demokracii</b> .....	253
<b>XIV. Z knížky do praxe</b> .....	259
<b>XV. O kurzech a o autorech</b> .....	271
<b>Literatura</b> .....	276
<b>Kurzy a semináře</b>	
Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání .....	278