

Obsah

| | |
|---|-----------|
| Předmluva | 9 |
| Pozvání k setkání nad otázkami o výchově dětí i o nás samých jako rodičích | 13 |
| Kdo jsme a co bylo na počátku | 15 |
| 1. kapitola | |
| V čem je vlastně potíže? | 21 |
| Co dnes trápí rodiče při výchově dětí? | 23 |
| 2. kapitola | |
| Návrat do dětství | 27 |
| Různé rodiny, různé dětství | 28 |
| Jací jsme tedy rodiče a proč? | 32 |
| Co z výchovy v původní rodině převzít a čeho se vyvarovat? | 35 |
| Bezpodmínečná láska | 39 |
| Chyby ve výchově dovoleny | 40 |
| 3. kapitola | |
| Jaképak to dítě asi bude? | 41 |
| Temperament, nebo výchova? | 43 |
| Co všechno utváří náš styl výchovy? | 59 |
| 4. kapitola | |
| Specifické děti – specifické potřeby | 63 |
| Není neklid jako neklid | 66 |
| Doporučení pro rodiče neklidných dětí v kojeneckém věku | 72 |
| Doporučení pro rodiče neklidných dětí v batolecím věku | 73 |
| Doporučení pro výchovu neklidných dětí v předškolním věku | 74 |
| Doporučení pro rodiče neklidných dětí ve školním věku | 75 |
| 5. kapitola | |
| Vyjadřování emocí v rodině | 77 |
| Proč je dobré vyjadřovat emoce | 78 |
| Vyjadřování negativních emocí | 80 |
| Vyjadřování pozitivních emocí | 81 |

| | |
|--|------------|
| 6. kapitola | |
| Nejen rodiče, ale i manželé (partneři) | 83 |
| Manželství dnes | 84 |
| Virtuální realita a pocit nedostatku štěstí v manželství | 86 |
| Byli jsme moc mladí/už staří | 87 |
| Já a ty nebo my | 87 |
| Konflikty v manželství a děti | 91 |
| Krise v manželství a děti | 96 |
| Rozchod a děti | 97 |
| Neúplná rodina | 100 |
| Rozdíly mezi muži a ženami? | 101 |
| Udržování manželského vztahu | 106 |
| Snažte se a neočekávejte úspěch a štěstí | 107 |
| 7. kapitola | |
| Výchova v rodině jako trénink pro budoucnost | 109 |
| Co z tebe vyrostete? | 110 |
| Různí lidé – různé představy | 112 |
| Výchova vždy s klidem a po dobrém? | 117 |
| Dnes tolik nepopulární poslušnost | 118 |
| A co samostatnost? | 119 |
| Nezábavné povinnosti | 121 |
| Rozhodování a jeho důsledky | 122 |
| Vývojové úkoly | 123 |
| 8. kapitola | |
| Odpovědi na dotazy rodičů o výchově | 127 |
| Potíže s autoritou | 127 |
| Nepříjemné nebo nežádoucí projevy v chování dítěte | 132 |
| Obavy o správný vývoj dítěte | 144 |
| Nejistoty a pochybnosti o vlastní rodičovské kompetenci | 150 |
| 9. kapitola | |
| Závěrem – dost dobří rodiče | 155 |
| Doporučená literatura pro rodiče, kterým to ještě nestačilo | 157 |
| Literatura | 158 |