

---

# OBSAH

## 1. kapitola

Rodičovství jako příležitost ke změně ..... 9

## 2. kapitola

Sebeúcta - klíč k budoucnosti dítěte ..... 15

## 3. kapitola

Komunikace: Jak mluvit, aby dítě naslouchalo,  
a naslouchat, aby nepřestalo mluvit ..... 49

## 4. kapitola

Výchova – odměny a tresty ..... 75

## 5. kapitola

Budování charakteru ..... 103

## 6. kapitola

Čas dospívání  
aneb  
Mezi dvěma generacemi ..... 137

## 7. kapitola

Úloha rodičů v drogové prevenci ..... 169

## 8. kapitola

Sourozenci: harmonie i rivalita ..... 179

## 9. kapitola

Sexuální výchova v rodině ..... 185

10. kapitola

Role otce a matky ..... 201

11. kapitola

Kritická období v rodině ..... 213

12. kapitola

Kapitola pro zaměstnané matky  
a pro rodiče osamělé a nevlastní ..... 223

13. kapitola

Rodinná soudržnost ..... 237