

OBSAH

O čem kniha v žádném případě není.....	8
O čem kniha tedy je	8
Proč jsme napsali tuto knihu	9
Jak silná je vaše touha být super-rodičem?	11
Pět tipů, jak si odnést z knihy maximum	13
Něco je JINAK. Všimli jste si?.....	14
Nepřipravený rodič a zmatené děti	20

I. ČÁST: MENTALITA DĚTÍ

Vaše dítě je génius!.....	25
Vývojové fáze mozku dítěte	28
4 povahové typy dětí	33
Přirozené děti v nepřirozeném světě	38
Záhada dětského mozku rozluštěna.....	39
Sedmero klíčových superdovedností úspěšného dítěte	43
Jak si udržet mentální rovnováhu	54
Proč děti berou na sebe viny svých rodičů	57
Jazyk, který naše děti pochopí	59

II. ČÁST: VÝCHOVA A NEVÝCHOVA

David versus Goliáš	62
Jak rozvíjet silné stránky u dětí?	64
Co zkoušeli mnozí a co nedopadlo	66
Co dětem způsobí příliš mnoho kritiky	71
Kdy děti neposlouchají a vytočený rodič si neví rady	74
Pět etap hroutícího se vztahu mezi rodičem a dítětem	77
Děti i rodiče v začarovaném kruhu	79
Rodič jako kamarád a průvodce	82
Vychovávat nebo nevychovávat? Pravda versus fikce.....	85
Láskyplná péče versus rozmazlování	90
Agresivní rodič _ agresivní děti	93
Poslušné versus samostatné dítě.....	96
Důslednost jako kontrolní mechanismus dodržování našich rozhodnutí	99
Lhaní dětem versus lhaní u dětí.....	101
Přemíra kritiky ve výchově a její důsledky	103
Jak zdravě vyjádřit svůj názor a nepřejít do útoku	106
Jak naučit své děti plnění povinností	108
Jak vytvářet sobě i dětem fungující hranice	110
Jak děti správně motivovat a přitom zvládat jejich chování.....	112

III. ČÁST: EMOCE A VNÍMÁNÍ

Křehká skořápka vašeho dítěte	117
Proč děti NEmluví	119
Emoční tělo dítěte.....	120
Co všechny děti ve skutečnosti chtějí?.....	122
5 klíčových dětských potřeb.....	123
Pětice destruktivních emocí	127
Typologie strachů.....	131
Jak se zbavit strachu ze ztráty kontroly.....	135
Jak poznat, že dítě strádá strachem.....	137
Jak nepotlačovat prožívání emocí.....	139
Jak se bránit manipulaci svými dětmi	141

IV. ČÁST: VEDEME DĚTI KE ŠTĚSTÍ

Úspěšné NEZNAMENAJÍ šťastné děti	144
Růst depresí u dětí a jak trend změnit?	149
Jak nepodporovat v dítěti stav pocitu oběti	151
Jak (ne)zničit potenciál svého dítěte.....	154
Rodič jako vzor a jaká je opravdová úloha každého rodiče	155
Jak dítě správně směřovat na budoucí cestu životem.....	158
Tři zázračná slova, která podpoří vaše dítě v růstu	162
Jenom škola nestačí.....	164
Emoční inteligence jako klíč ke štěstí.....	166
Jak nastartovat zájem dětí o svůj rozvoj.....	168
Když má růst dítě, musí růst i rodič	170
Jak dávat dětem ponaučení a přitom nepoučovat.....	172
Proč jsou při výchově dětí potřeba oba rodiče.....	174
Sešivaná rodina	177
Jak vést své dítě jako matka samoživitelka	180
Jak naučit své děti přijímat zodpovědnost za svoje jednání	183
Děti a technika _ rozvoj nebo zabiják?.....	186
Moderní metody rozvoje šťastného dítěte	188
Tah je teď na Vás!	190
Vyzvedli jste si svou MAPU?.....	192
Doslov autorů	193
O Daně	195
O Radkovi	196
A to není všechno. Kudy dál?.....	198
Máte minutku?.....	199
Umíte se na chvíli zamyslet?	200