

Obsah

Úvod	7
Tak vy máte problémy?	10
Místo děje	21
Jaký jste rodič?	32
Soužití	46
Nezapomínejte na sebe	66
Přímá komunikace	81
Šprt, nebo flákač?	94
Sex, drogy a rokenrol	115
Samostatně	135
Kde hledat pomoc?	143

Můžete se uklidnit, protože to, co se děje, je celkem přirozené. Vaše dítě prožívá přechod od dětství k dospělosti. Přitom zakouší mnoho změn, které jsou někdy příliš rychlé a příliš zásadní na to, aby je zvládlo bez konfliktů a zmatků.

Když se dříve vyskytly nějaké problémy proto, že dítě chtělo něco jiného, než co podle vás bylo nejlepší, pravděpodobně vám nedalo moc práce prosadit svou vůli. Ale teď, když to děťátko vyrostlo a získalo schopnost přít se a bořit se, zjišťujete asi, že je mnohem těžší ho zvládat. Jako kdyby veškeré vaše dovednosti a schopnosti vycházet s lidmi tvář v tvář nespolutracujícímu a nekamarádkému teenagerovi zmizely a ve vás roste pocit bezmocnosti.

Tato kniha vám má pomoci získat "rodičovskou moc", což je schopnost vybudovat s dětmi kladný vztah, v němž spolu budete vycházet po většinu času dobře, budete akceptovat své rozdílnosti a snažit se nalézat taková řešení problémů, která co nejlépe uspokojí potřeby vaše i dítěte.

Rekněme si jasně, co "rodičovská moc" není. Není to schopnost dítě ovládat nebo z něho vytvořit jedince podle svých představ. K tomu vám tato kniha nepomůže. Není možné z někoho učinit bytost podle svých představ, ale to už jste pravděpodobně zjistili sami, pokud jste se své dospívající dítě snažili přimět ke změně chování nebo životního stylu.