

Obsah

11 Úvod

13 **CHOVÁNÍ: A když zlobila, pak pořádně
(a tak jsme ji postavili na hanbu)**

- 15 Úvod: O batolatech aneb Jaká jsou
 - 16 Výchovné metody aneb Počítání do tří
 - 23 Záchvaty vzteku čili zlostné stavy, protesty, rebelie, amoky
(a tak bychom mohli pokračovat)
 - 30 Agresivní chování
 - 32 Klíšata aneb Zmírňování pocitu strachu z odloučení
 - 36 Cucání palce aneb Dokážete to odbourat a záleží na tom vůbec?
 - 38 Odkládání dudlíku
 - 40 Podle vychování poznáš dítě
 - 44 Maškary a zašmodrchané vlasy aneb Jak upravit malé dítě
 - 47 Pěkně otevřít ústa, pane Krokodýle, aneb O čištění zubů
u vzdorujících batolat
 - 49 Děťátko a koupání aneb Jak se vypořádat s fobii z koupání
 - 51 O sprostých slovech a jiných nepravostech aneb Co dělat
s nevhodným chováním
 - 54 O hraní si s intimními částmi
 - 57 Jak nazývat intimní části těla
 - 58 A teď do postele...
-

61 **JÍDLLO: Ať hrách dál zůstává s touto krajinou, zloba,
slzy, pláč, strach a svár, ty ať pominou**

- 63 Úvod
- 63 Hladovkáři a nejedlíci
- 68 Mašinka jede!
- 68 Má co jíst, ale nechce
- 71 Pijáci mléka
- 72 Jezte zeleninu, je zdravá aneb Co dělat, když dítě odmítá jíst zeleninu
- 76 Taktiky: Co dělat, když nechtějí sníst večeři
- 79 Dilema s dezertem aneb Moučnicková pravidla
- 81 Povýk po večeři
- 83 Z ovocného soudku
- 86 Stolování s batoletem na veřejnosti
- 90 Hup na to aneb Rychlovky

- 92 Čím batolata zabavit, když vaříte
94 Šestá hodina, je čas na víno
-

97 **SPÁNEK: Řešení bezesných a proplakaných nocí**

- 99 Úvod
101 Nemá moje děťátko problémy se spánkem?
102 Cesta nejmenšího odporu aneb Neřešte to
104 Potíže se spaním číslo jedna aneb Co dělat, aby dítě usnulo
109 Potíže se spaním číslo dvě aneb Co dělat, aby dítě spalo celou noc
116 Jak udržet batole v postýlce
118 Opakované navracení do postele – lehká forma – aneb Zůstaňte chvíli u něho
118 Měla bych nechat své dítě plakat?
120 Když dobří spáči začnou spát špatně
121 Bubáci ve skříni aneb Strach ze tmy
123 Noční děsy
126 Příprava ke spánku
128 Konec odpoledního spaní
130 Ranní buzení
134 Hurá do postele
-

137 **NÁCVIK NA NOČNÍČEK: Dlouhá a strastiplná cesta k tomu, jak se vracet domů ve stejných kalhotách**

- 139 Úvod
139 Jaký přístup zvolit
143 Jak tedy poznáte, že už nastal čas
146 Jdeme nakupovat
149 Šoková metoda aneb Začínáme bez plen
153 Velké polemiky kolem natahovacích plenkových kalhotek
153 Úplatky a korupce
155 Jak na zarputilé žáčky
156 Jak na chlapce
157 Co dělat, když se stane nehoda
158 Když se vydáte ven
160 Zadržování stolice aneb Když to nechce vypustit
161 Krok zpátky aneb Regrese
162 Nic nezabírá
163 Noční počůrávání
166 Pane bože! Myslím, že to máme!
-

V téhle kapitole vás čeká...

219 Úvod

223 Práce na částečný úvazek versus práce na plný úvazek

226 Na volné noze

227 Věčná otázka kolem místa práce aneb Práce z domova

231 Jaký druh hlídání dětí zvolit

241 Jak si vybrat paní na hlídání

243 Jak si vybrat jesle

245 Jak si vybrat chůvu

251 Odchod do zaměstnání aneb Jak se vyrovnat se ztrátou času
na dítě a s pocitem viny

254 Zajíček v své jamce sedí sám

V této kapitole vás čeká...

261 Úvod

261 Jak říct dítěti, že jste těhotná

263 Když místo jednoho máte dva

264 Mít dvě děti aneb Je to vážně taková hrůza?

267 Nová láska

268 První dojmy aneb Představujeme nové miminko jeho sourozenci

270 Praktické rady pro první dny

275 Tak do toho

277 Zvládání agrese a žárlivosti

281 „To je moje!“

284 Dvojčata aneb Sourozenecká rivalita na druhou

285 Pekelný pokoj aneb Společný pokoj sourozenců

286 Myslete pozitivně

V této kapitole vás čeká...

291 Úvod

291 Jakou dovolenou zvolit

293 Ubytování bez stravy

294 Stanování

299 Výměnný rodinný pobyt

299 V hotelu

303 Dovolená na lyžích

308 Dovolená s prarodiči

309 Dovolená s přáteli

312 Než se tam dostanete

318 Autosedačky

320 Večerní ukládání dětí

321 Kouzelné večery aneb Jak si večery o dovolené co nejvíce zpříjemnit

323 Když necháte děti doma

324 Už tam budeme?

- 169 **NEMOCI: Třikrát denně lžičku cukru (již se nedoporučuje)**
- 171 Úvod
- 171 Kdy byste ho neměla dávat do jeslí/školky
- 172 Nachlazení a co s tím
- 174 Jak nemocné dítě zabavit
- 176 Když má dítě plané neštovice
- 178 Průjem a zvracení
- 181 Když dítě musí do nemocnice
- 184 Alternativní léčba aneb Co stojí za to vyzkoušet a co je jen hokus pokus
- 188 Roupy aneb „Červík Pepík“
- 190 Vši
- 192 Zánět spojivek
- 193 Molusky (*molluscum contagiosum*) aneb Bradavice a spol.
- 194 Nevolnost při jízdě autem
- 196 Co dělat, když vy sama onemocníte
-

201 **DĚTI VYŽADUJÍCÍ ZVLÁŠTNÍ PÉČI:
Kupředu (zpátky ni krok)**

- 203 Úvod
- 204 „Myslím si, že něco není v pořádku“ aneb Věřte vlastním pocitům
- 205 Určování diagnózy
- 207 Jak se při tom cítíte vy
- 209 Reakce přátel a rodiny
- 211 Zvládání těžkých zkoušek s batoletem vyžadujícím zvláštní péči
- 213 Zvláštní vzdělávací potřeby aneb Posudek
- 214 Jen dál
-

217 **NÁVRAT DO ZAMĚSTNÁNÍ: Jsem matka, už chci z toho kola ven**

- 219 Úvod
- 223 Práce na částečný úvazek versus práce na plný úvazek
- 226 Na volné noze
- 227 Věčná otázka kolem místa práce aneb Práce z domova
- 231 Jaký druh hlídání dětí zvolit
- 241 Jak si vybrat paní na hlídání
- 243 Jak si vybrat jesle
- 245 Jak si vybrat chůvu

- 251 Odchod do zaměstnání aneb Jak se vyrovnat se ztrátou času na dítě
a s pocitem viny
254 Zajiček v své jamce sedí sám
-

259 **SOUROZENECKÁ RIVALITA: S ním nekamarádím,
je to můj brácha**

- 261 Úvod
261 Jak říct dítěti, že jste těhotná
263 Když místo jednoho máte dva
264 Mít dvě děti aneb Je to vážně taková hrůza?
267 Nová láska
268 První dojmy aneb Představujeme nové miminko jeho sourozenci
270 Praktické rady pro první dny
275 Tak do toho
277 Zvládání agrese a žárlivosti
281 „To je moje!“
284 Dvojčata aneb Sourozenecká rivalita na druhou
285 Pekelný pokoj aneb Společný pokoj sourozenců
286 Myslete pozitivně
-

289 **CESTOVÁNÍ: Vlaky, letadla a tříkolky**

- 291 Úvod
291 Jakou dovolenou zvolit
293 Ubytování bez stravy
294 Stanování
299 Výměnný rodinný pobyt
299 V hotelu
303 Dovolená na lyžích
308 Dovolená s prarodiči
309 Dovolená s přáteli
312 Než se tam dostanete
318 Autosedačky
320 Večerní ukládání dětí
321 Kouzelné večery aneb Jak si večery o dovolené co nejvíce
zpříjemnit
323 Když necháte děti doma
324 Už tam budeme?
-

- 326 Příloha: Užitečné internetové stránky pro rodiče batolat a malých dětí
331 Rejstřík

V této kapitole vás čeká...

-
- 15 Úvod: O batolatech aneb Jaká jsou
-
- 16 Výchovné metody aneb Počítání do tří
-
- 23 Záchvaty vzteku čili zlostné stavy, protesty, rebelie, amoky (a tak bychom mohli pokračovat)
-
- 30 Agresivní chování
-
- 32 Klíšřata aneb Zmírňování pocitu strachu z odloučení
-
- 36 Cucání palce aneb Dokážete to odbourat a záleží na tom vůbec?
-
- 38 Odkládání dudlíku
-
- 40 Podle vychování poznáš dítko
-
- 44 Maškary a zašmodrchané vlasy aneb Jak upravit malé dítě
-
- 47 Pěkně otevřít ústa, pane Krokodýle, aneb O čistění zubů u vzdorujících batolat
-
- 49 Děťátko a koupání aneb Jak se vypořádat s fobii z koupání
-
- 51 O sprostých slovech a jiných nepravostech aneb Co dělat s nevhodným chováním
-
- 54 O hraní si s intimními částmi
-
- 57 Jak nazývat intimní části těla
-
- 58 A teď do postele...
-

V této kapitole vás čeká...

63 Úvod

63 Hladovkáři a nejedlíci

68 Mašinka jede!

68 Má co jíst, ale nechce

71 Pijáci mléka

72 Jezte zeleninu, je zdravá aneb Co dělat, když dítě odmítá jíst zeleninu

76 Taktiky: Co dělat, když nechtějí sníst večeři

79 Dilema s dezertem aneb Moučnicková pravidla

81 Povyk po večeři

83 Z ovocného soudku

86 Stolování s batoletem na veřejnosti

90 Hup na to aneb Rychlovky

92 Čím batolata zabavit, když vaříte

94 Šestá hodina, je čas na víno

V téhle kapitole vás čeká...

| | |
|-----|--|
| 99 | Úvod |
| 101 | Nemá moje děťátko problémy se spánkem? |
| 102 | Cesta nejmenšího odporu aneb Neřešte to |
| 104 | Potíže se spaním číslo jedna aneb Co dělat, aby dítě usnulo |
| 109 | Potíže se spaním číslo dvě aneb Co dělat, aby dítě spalo celou noc |
| 116 | Jak udržet batole v postýlce |
| 118 | Opakované navracení do postele – lehká forma – aneb Zůstaňte chvíli u něho |
| 118 | Měla bych své dítě nechat vyplakat? |
| 120 | Když dobří spáči začnou spát špatně |
| 121 | Bubáci ve skříni aneb Strach ze tmy |
| 123 | Noční děsy |
| 126 | Příprava ke spánku |
| 128 | Konec odpoledního spaní |
| 130 | Ranní buzení |
| 134 | Hurá do postele |

V této kapitole vás čeká...

- 139 Úvod

- 139 Jaký přístup zvolit

- 143 Jak tedy poznáte, že už nastal čas

- 146 Jdeme nakupovat

- 149 Šoková metoda aneb Začínáme bez plen

- 153 Velké polemiky kolem natahovacích plenkových kalhotek

- 153 Úplatky a korupce

- 155 Jak na zarputilé žáčky

- 156 Jak na chlapce

- 157 Co dělat, když se stane nehoda

- 158 Když se vydáte ven

- 160 Zadržování stolice aneb Když to nechce vypustit

- 161 Krok zpátky aneb Regrese

- 162 Nic nezabírá

- 163 Noční počůrávání

- 166 Pane bože! Myslím, že to máme!

V téhle kapitole vás čeká...

171 Úvod

171 Kdy byste ho neměla dávat do jeslí/školky

172 Nachlazení a co s tím

174 Jak nemocné dítě zabavit

176 Když má dítě plané neštovice

178 Průjem a zvracení

181 Když dítě musí do nemocnice

184 Alternativní léčba aneb Co stojí za to vyzkoušet a co je jen hokus pokus

188 Roupy aneb „Červík Pepík“

190 Vši

192 Zánět spojivek

193 Molusky (*molluscum contagiosum*) aneb Bradavice a spol.

194 Nevolnost při jízdě autem

196 Co dělat, když vy sama onemocníte

V téhle kapitole vás čeká...

203 Úvod

204 „Myslím si, že něco není v pořádku“ aneb Věřte vlastním
pocitům

205 Určování diagnózy

207 Jak se při tom cítíte vy

209 Reakce rodiny a přátel

211 Zvládání těžkých zkoušek s batoletem vyžadujícím zvláštní
péči

213 Zvláštní vzdělávací potřeby aneb Posudek

214 Jen dál
