

# Obsah

ÚVOD .....	11
------------	----

<b>ČÁST PRVNÍ .....</b>	13
-------------------------	----

## ZÁKLADNÍ KOMUNIKAČNÍ NÁSTROJE

### Kapitola 1

Zacházení s pocity – Proč nemůžou být prostě spokojené? .....	15
---	----

### Kapitola 2

Spolupracující děti – Mission Impossible?

Proč prostě nemůžou udělat, co jim řekneme? .....	41
---	----

### Kapitola 2 ½

Když nic z toho nezabírá! – Problém s kapitolou 2 .....	61
---	----

### Kapitola 3

Problém trestu – ... a co dělat místo něj .....	75
---	----

### Kapitola 4

Chvála a její úskalí – Proč se chovají tak hrozně,

když jim říkáme, že jsou hodné? .....	99
---------------------------------------	----

<b>ČÁST DRUHÁ .....</b>	113
-------------------------	-----

## KDYŽ V RÁJI NASTANOU POTÍŽE

Témata a příběhy našich čtenářů a účastníků našich workshopů

<b>Oddíl I. – Jak přežít den .....</b>	115
--	-----

1. Tak dost! .....	115
--------------------	-----

Telefonní pánska .....	124
------------------------	-----

Spásné minitričko .....	125
-------------------------	-----

2. Jak poslouchat, když děti nemluví .....	126
Už tam budeme? Krize v autě .....	133
Ztracené auto .....	135
3. Boje o domácí úkoly .....	136
Druhý stupeň je moc těžký! .....	146
4. Když řádí tak, že je to k nevydržení .....	147
Ať se rozsvítí sluníčko: Lék na dešťové dny .....	154
Táta na školení: Capart učí tátu řešit problémy .....	154
<b>Oddíl II. – Přehnaná hrubost .....</b>	<b>155</b>
5. POMOC! Moje děti se perou! .....	155
KFC kontra McDonald's .....	171
6. POMOC! Moje dítě mě bije! .....	172
Vysvobození .....	177
7. Zvířecí etiketa .....	179
<b>Oddíl III. – Úzkosti, strachy a kolapsy .....</b>	<b>189</b>
8. Strachy .....	189
9. Horká linka pro záchvaty vzteků (Julie radí po telefonu) .....	197
Pocity miminka .....	203
To udělá máma! .....	204
10. Separační úzkost .....	205
<b>Oddíl IV. – Odmlouvání, fňukání, vzdor a další nespolečenské chování .....</b>	<b>209</b>
11. Fňukání .....	209
Rozlité mléko: Předtím a potom .....	219
Odcizení .....	220

12. Umění prohrávat .....	221
Spásná skříňka .....	228
13. Nadávky a sprostá slova .....	229
Hádka o boty .....	236
<b>Oddíl V. - Řešení konfliktů .....</b>	<b>237</b>
14. Umění se podělit .....	237
15. Tohle NENÍ hračka .....	251
Blátivé stopy ve východní Evropě .....	255
Ostříhání .....	257
16. Digitální dilema (Část 1.) .....	258
17. Digitální dilema (Část 2.) .....	265
18. Připraví trest děti na „reálný život“? .....	273
Strážci vrátek .....	283
<b>Oddíl VI. - Bitvy v postýlce a koupelně .....</b>	<b>285</b>
19. Čištění zubů .....	285
Evakuace při povodni: Koupelnová příhoda z Indie .....	291
Tři speciální kroky: Boje před spaním .....	292
Hladový hřeben ve Slovensku .....	293
20. Mocenské boje nad nočníkem .....	294
Pan Brambůrek potřebuje čůrat .....	298
Vyložené karty: Čtyřminutový večerní rituál .....	299
<b>Oddíl VII. - Citlivá téma .....</b>	<b>301</b>
21. Rozvod .....	301
22. Jak ochránit děti před problematickými lidmi .....	309
23. Sex .....	318
24. Až moc objímání .....	329

Oddíl VIII. – Řešení problémů .....	333
25. Problém: <i>TY!</i> .....	333
26. Problém: <i>ALE</i> .....	337
27. Problém: „Omluv se!“ .....	340
Postaru .....	352
 SLOVA ZÁVĚREM – NEŽ SE OPĚT SETKÁME .....	353
SOUHRNÝ KAPITOL .....	355
JSME VELMI VDĚČNÉ... .....	358
VYSVĚTLIVKY .....	359
REJSTŘÍK .....	362