

# Obsah

Úvod.....	5
-----------	---

## ČÁST PRVNÍ

### RODIČOVSKÉ ZÁSADY DOKTORKY BECKY

1. V jádru dobří .....	15
2. Dvě pravdy.....	25
3. Uvědomte si, co je vaším úkolem.....	40
4. První roky života jsou důležité .....	52
5. Nikdy není pozdě .....	64
6. Psychická odolnost > štěstí .....	75
7. Chování je jen okno .....	85
8. Omezte zahanbení, prohlubte napojení.....	100
9. Říkejte pravdu .....	110
10. Pečujte i o sebe .....	121

## ČÁST DRUHÁ

### JAK ROZVÍJET NAPOJENÍ A USMĚRŇOVAT NEŽÁDOUCÍ CHOVÁNÍ

11. Jak budovat napojení .....	135
12. Když dítě neposlouchá .....	159
13. Výbuchy emocí.....	168
14. Výbuchy agresivního chování (bití, kousání, házení věcmi).....	176
15. Sourozenecká rivalita.....	188
16. Odmlouvání a vzdor .....	200
17. Kňourání.....	209
18. Lhaní.....	217
19. Strach a úzkost .....	226



20. Plachost a stydlivost.....	235
21. Frustrační tolerance.....	244
22. Jídlo a stravovací návyky.....	253
23. Konsent.....	263
24. Pláč.....	271
25. Rozvíjení sebedůvěry.....	277
26. Perfekcionismus.....	285
27. Separační úzkost.....	294
28. Spánek.....	302
29. Děti, které nerady mluví o svých pocitech (Výrazně emotivní děti).....	314
Závěr.....	325
Poděkování.....	330
Rejstřík.....	335