

PŘEDMLUVA	7	Jídlo spánek a vyměšování	39
JAK VZNIKAJÍ VÝCHOVNÉ PROBLÉMY?	9	Zhodnoťte sebe	40
Co mé dítě opravdu potřebuje		Zvládnutí své sebekontroly	42
– a co pouze chce?	11	Jasně vyjadřování	42
Co všechno k tomu patří	12	Důsledné jednání	42
Co děti potřebují	13	Poskytnutí přízně	43
Touha být akceptován	13	Shrnutí toho nejpodstatnějšího	43
Čas a zájem	14	ZVLÁDAT PROBLÉMY	
Něha	14	– ALE JAK NA TO?	45
Bezpečí a jistota z budoucnosti	15	„Bude po mém!“	47
Zaopatření	15	„Nemysli si, že tě budu	
Jistota a ochrana	16	poslouchat na slovo!“	48
Vlastní zkušenost	16	Opoziční chování	48
Co potřebují rodiče	17	Bojovat a vyhrát	48
Jistota	17	Po tvrdém boji – rezignace	50
Uznání, ocenění	17	Přísnost a moc	50
Rozvíjení vlastní osobnosti	18	Mluvte klidně	
Respekt	20	a jednejte důsledně	51
Síla	20	Jednat důsledně a jistě. Ale jak?	53
Co by rodičům nemělo chybět?	20	„Já se rozčilím!“	57
Dva světy	21	Impulzivní chování	57
„Svět přání“	21	Záchvaty vzdorovitosti u dětí	
„Svět povinností“	24	do čtyř let	57
Ustát konflikty aneb výchova		Impulzivní chování u dětí	
všedního dne	26	starších než čtyři roky	60
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	29	Vyžadujte i spolupráci jiných	64
		Bez trestu „časové prodlevy“	
JAK ODOLÁVÁ STRĚSU VAŠE DÍTĚ?		to nezabere	64
A JAK VY?	31	Hrajte si s ním třeba na zvířátka	66
Zhodnoťte své dítě	33	Plán pozorování	68
Sociální kompetence	36	Plán odměny	68
Výdrž a koncentrace	38	„Dostaneš na zadek!“	70
Sebedůvěra	38	Agresivní chování	70
Schopnost spolupráce		Kousání, bití, kopání u dětí	
a poslušnost	39	do čtyř let	70

Agresivní chování u dětí		Shrnutí toho nejpodstatnějšího	127
starších čtyř let	73	„Mé tělo je jen moje“	129
„Ale on si začal!“	77	„Ale mně se ještě nechce spát!“	130
Hádky mezi sourozenci	77	Naučit se chodit do postele včas	130
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	79	Dítě a spánek	130
Kolem horké kaše	81	Jak tyto problémy vznikají	
Neposedí ani minutu	82	a jak je řešit	131
Stále v pohybu	82	„Mně to nechutná!“	138
Proč je mé dítě tak neklidné?	83	„Hezky papat“	138
Kdy mají rodiče zakročit?	84	Děti vědí nejlépe, co potřebují	138
Poruchy soustředění	88	Kdo by tedy měl rozhodovat?	139
Rozptylování místo koncentrace	88	„Ale mně se nechce!“	144
Chybějící vnitřní brzda	88	A je to v suchu!	144
Rozdvojená soustředěnost	91	Vývojové fáze	145
Podívejme se na to vědecky	91	Shrnutí toho nejpodstatnějšího	152
Poruchy soustředění u			
děti do čtyř let	93	O AUTORCE	153
Jak můžete svému dítěti pomoci?	95	Důležitá upozornění	153
Problémy s koncentrací u dětí			
v předškolním věku	97		
Problémy s koncentrací			
u dětí školou povinných	102		
Shrnutí toho nejpodstatnějšího	107		
„Já se bojím!“	109		
„Zůstaň u mě!“	110		
Nesmělost a strach			
z odloučení od rodičů	110		
Strach z odloučení			
od rodičů u dětí do tří let	110		
Strach z mateřské školky	113		
Strach ze školy	118		
„Pomoc, je tu příšera!“	121		
Děsivé představy	121		
Monika a strašidla	121		
„... A pak se začnu bát!“	124		
Dětské fobie	124		