

Spis treści

Przedmowa	7
Rozdział 1	
Wprowadzenie	9
Jak dzieci się uczą?	11
Przekazywanie informacji poprzez opowiadanie historii.	13
W jaki sposób oddziałują te opowiadania	14
Sztuka opowiadania a psychoterapia	21
Rozdział 2	
Jak wykorzystywać opowiadania o Ani i na ich podstawie tworzyć własne.	23
Rozdział 3	
Jak uczyć techniki opowiadania	29
Rozdział 4	
Lęk przed ciemnością – jak się z nim uporać	41
Opowiadanie o Ani	43
Rozdział 5	
Moczenie nocne – jak sobie poradzić z tym problemem. ...	50
Opowiadanie o Ani	54
Rozdział 6	
Dzieci kompulsywne i perfekcjonistyczne – jak im pomóc	71
I. Opowiadanie o Ani	75
II. Opowiadanie o Ani	87
Rozdział 7	
Nieśmiałość – jak nauczyć dziecko pewności siebie	97
Opowiadanie o Ani	99

Rozdział 8	
Dokuczanie – jak temu zaradzić	112
Opowiadanie o Ani	113
Rozdział 9	
Rozwód – jak pomóc dziecku przetrwać trudne chwile	122
Reakcje dzieci na rozwód	122
Dziecięce lęki i fantazje	125
Jak powiedzieć dzieciom o rozwodzie	127
Problemy i pułapki	129
Co zrobić, aby dziecku ułatwić przeżycie tych dni	132
Opowiadanie o Ani	136
Rozdział 10	
Nowa rodzina – jak ułatwić dziecku przystosowanie się do nowej sytuacji	151
Opowiadanie o Ani	156
Rozdział 11	
Dzieci impulsywne – jak je nauczyć działań bez pośpiechu	170
Opowiadanie o Ani	174
Rozdział 12	
Rodzeństwo – jak ułatwić dziecku trudne życie z bratem lub siostrą	183
Opowiadanie o Ani	186
Rozdział 13	
Dzieci alkoholików – jak udzielić im pomocy i wsparcia	193
Opowiadanie o Ani	196
Rozdział 14	
Relaksacja – jak nauczyć dziecko się odprężyć	206
Opowiadanie o Ani	208
Bibliografia	218