

Wstęp	13
CZĘŚĆ PIERWSZA	
ZROZUMIEĆ ZŁOŚĆ	19
Rozdział pierwszy	
Granice złości. Rozpoznawanie gniewnego dziecka	21
Rozdział drugi	
Cztery etapy złości	34
Rozdział trzeci	
Dziesięć cech charakterystycznych gniewnego dziecka	53
Rozdział czwarty	
Złość, która rodzi się w domu	87
Rozdział piąty	
Kiedy złość ma głębsze korzenie	110
Rozdział szósty	
Przesłania mediów i społeczeństwa	136
CZĘŚĆ DRUGA	
STRATEGIE RADZENIA SOBIE ZE ZŁOŚCIĄ I ZAPOBIEGANIA JEJ	149
Rozdział siódmy	
Spory i rozwiązywanie konfliktów	151
Rozdział ósmy	
Skuteczne dyscyplinowanie	170

Rozdział dziewiąty

Wygrywanie codziennych sporów 190

Rozdział dziesiąty

Wojny rozwodowe 213

Rozdział jedenasty

Droga do pozytywnego wychowywania dzieci 228

Przypisy 239

Zalecana lektura 241

Indeks 245

Jak zapanować nad dzieckiem, które wymknęło się spod kontroli

Wszystkie dzieci miewają złe dni, kiedy nic nie układa się po ich myśli. Jednak dla niektórych wybuchy złości, frustracja i obrażanie się są normą. Kiedy złość dziecka stanowi zagrożenie dla jego wyników w nauce, relacji z rówieśnikami i wprowadza napięcie w stosunkach rodzinnych, które odbija się na wszystkich jej członkach, czas, aby rodzice zadali sobie pytanie: Gdzie jest granica złości okazywanej przez nasze dziecko? Psycholog dziecięcy, doktor Tim Murphy, pomaga setkom rodzin zrozumieć zarówno przyczyny, jak i konsekwencje złości pojawiającej się w dzieciństwie i opracować skuteczne strategie rozbrojenia tej bomby z opóźnionym zapłonem, dopóki jest na to czas. Książka pokazuje, jak – wykorzystując proste, bezpośrednie techniki – pomóc gniewnemu dziecku zrozumieć, co wywołuje napady złości, i wypracować nowe metody radzenia sobie z zapalnymi sytuacjami.

Tim Murphy był profesorem pediatrii na Uniwersytecie w Pittsburghu, gdzie obecnie wykłada. Od 1996 roku jest członkiem Senatu Stanowego Pensylwanii oraz licznych komisji dotyczących zdrowia publicznego i opieki społecznej. Lorian Hoff Oberlin jest autorką kilku książek, w tym *Working at Home While the Kids Are There, Too* i *Surviving Separation and Divorce: A Woman's Guide to Making It Through the First Year*. Współpracuje z wieloma czasopismami.