

SPIS TREŚCI

Od Autorów 11

ROZWÓJ FIZYCZNY I PSYCHICZNY DZIECKA

Rytm rozwoju 14

Etapy rozwoju psychicznego 14

Przebieg rozwoju psychicznego 16

Norma rozwojowa 18

Etapy rozwoju fizycznego 20

Akceleracja rozwoju i trend sekularny 21

Ocena rozwoju fizycznego 22

Dojrzewanie 25

Zmiany fizyczne i zmiany psychiczne 25

Rozwój uczuciowy i dojrzewanie społeczne 27

Wzrost krytycyzmu 28

Powody niepokoju rodziców 30

Dziecięce porażenie mózgowe 31

Jąkanie się 32

Tiki nerwowe 33

Dziecięca agresja 34

Nadpobudliwość psychoruchowa 35

Zmęczenie 37

Zaburzenia widzenia 37

Zaburzenia słuchu 38

CHARAKTERYSTYKA DZIECI W KOLEJNYCH LATACH ŻYCIA

Rok pierwszy 40

Rok drugi 43

Rok trzeci 47

Rok czwarty 51

Rok piąty 54

Rok szósty 57

Rok siódmy 60

Rok ósmy 63

Rok dziewiąty 66

Rok dziesiąty 69

Rok jedenasty 72

Rok dwunasty 75

Rok trzynasty 80

Rok czternasty 85

Rok piętnasty 89

Rok szesnasty 94

Rok siedemnasty 98

PIERWSZY ROK ŻYCIA

PROBLEMY RODZICÓW NIEMOWLĄT

Rozpieszczanie niemowlęcia 104

Placz 106

Kłopoty ze snem 109

Miejsce do spania 112

Ssanie smoczka 116

Ssanie palca 118

Karmienie piersią 120

Brak apetytu u niemowlęcia 123

Rozmowy z niemowlęciem 125

Zabawy rozwijające z maluchem 127

Umiejętności niemowlęcia 131

POMOC PRZY MAŁYM DZIECKU

Opieka nad dzieckiem czy powrót do pracy? 138

Urlop wychowawczy 138

Powrót do pracy 139

Opiekunka 142

Żłobek 145

Zalety żłobka 147

Wady żłobka 147

Dziadkowie w roli opiekunów 148

DRUGI ROK ŻYCIA

Możliwości dwulatka 152

Rozwój mowy dwulatka 156

Ochodzenie od mamy 161

Forma pożegnania 162

Radosne powitania 163

Złość 164

Rola taty w wychowaniu 167

Zabawki dla dwulatka 169

Przytulanki 171

Zabawka bezpieczna dla dziecka 172

Odkrywanie płci 175

Trening czystości 179

Nauka kontrolowania potrzeb własnego ciała 180

Cierpliwość rodziców 180

Początek nauki czystości 180

Pochwały i pozytywne nastawienie 181

Zaburzenia snu 183

PRZEDSZKOLAK

- Wysłanie dziecka do przedszkola 188
- Przedszkole czy dom? 190
- Rozwój psychoruchowy przedszkolaka 192
 - Rozwój fizyczny 193
 - Słownik przedszkolaka 194
 - Rozwój społeczny 195
 - Zainteresowanie własnym wyglądem 195
- Zalety przedszkola 196
- Wybór przedszkola 198
- Niechęć do przedszkola 202
- Rodzaje przedszkoli 206

DZIECKO W SZKOLE

- Obowiązek szkolny 218
- Dojrzałość szkolna 220
 - Dojrzałość fizyczna 221
 - Dojrzałość manualno-motoryczna 221
 - Dojrzałość emocjonalno-społeczna 222
 - Dojrzałość intelektualna 223
- Rodzaje szkół 226
 - Zbieranie informacji o szkołach 226
 - Oplaty za naukę 227
 - Warunki nauczania 228
 - Zainteresowania przyszłego ucznia 229
- Szkola po reformie 230
- Szkoły integracyjne 236
- Nauczanie zindywidualizowane 240
- Uczeń nadmiernie nieśmiały 244
- Uczeń nadpobudliwy 247
- Uczeń niezdyscyplinowany 250
- Dziecko niedojrzałe społecznie 254
- Uczeń zapominalski 260
 - Ubożny skutek nadopiekuńczości 260
 - Przyczyny zapomniania 261
- Prymus klasowy 263
 - Spełnienie marzeń rodziców 263
 - Rodzicielskie wymagania 263
 - Prymus w klasie 264
 - Zmiana szkoły 264
 - Narcystyczne zadowolenie rodziców i dziecięca depresja 264
- Rywalizacja o miejsce w klasowym rankingu ocen 266
 - Pierwszoklasiści 266
 - Sposoby oceniania a rywalizacja 267
 - Rywalizacja i „dzieci bez sukcesów” 267
 - Dzieci słabe 267
 - Dzieci wybitnie zdolne 268
- Kłopoty z mówieniem 270
 - Mowa dziecka rocznego 271
 - Mowa dziecka dwuletniego 272
 - Mowa dziecka trzyletniego 272
 - Mowa dziecka czteroletniego 273
 - Mowa dziecka pięcioletniego 273
- Dysleksja, dysgrafia, dysortografia 280
 - Dzieci ryzyka dysleksji 281
 - Rozpoznanie specyficznych trudności w uczeniu się 282
 - Diagnoza 282
 - Badania i postawiona diagnoza a rodzaj zaburzeń 283
- Uczeń leworęczny 288
- Pomoc w nauce 293
- Dziecko zdolne, ale leniwe 298
- Syndrom nieadekwatnych osiągnięć szkolnych 302
 - Portret dziecka bez osiągnięć 303
 - Przyczyny syndromu nieadekwatnych osiągnięć szkolnych 304
 - Obserwowanie dziecka 305
- Uczeń spóźnialski 308
- Wywiadówka 310
- Uwagi w dzienniczku 314
- Konflikt z nauczycielem 316
 - Wsparcie dla dziecka 316
 - Przyczyny konfliktu z nauczycielem 316
 - Zachęcanie dziecka do zmian 317
 - Trudna sztuka negocjacji z nauczycielem 318
 - W obronie dziecka 318
- Wagary 320
 - Lęk 320
 - Brak przyjaźni 321
 - Brak zrozumienia u nauczycieli 321
 - Trudności niezależne od ucznia 322
 - Wzorowanie się na kolegach 322
 - Zmiana szkoły 323
 - Nuda 324
 - Namowy kolegów 324
- Poprawka 326
 - Zmiana planów wakacyjnych 326
 - Odpoczynek 327
 - Korepetycje a sukces 328
 - Wiara w sukces 328
- Powtarzanie klasy 329
 - Rozmowy z nauczycielami 330
 - Podtrzymywanie drugorocznika na duchu 330
 - Pomoc specjalistów 331
- Usunięcie ze szkoły 332
- Dziecko opóźnione 334
- Dziecko bardzo zdolne 338
- Nauczanie indywidualne 344
- Młodociane ciężarne i młodociane matki 350
 - Prawa ciężarnych uczennic 351
 - Nowe programy edukacyjne dla bardzo młodych matek 351
 - Wsparcie dla młodych matek 352

- Stres** 354
 Objawy stresu 354
 Dobry stres 355
 Tłumione emocje i błędne koło 356
 Pomoc rodziców 357
 Wysiłek fizyczny 358
- Lęk przed klasówką i egzaminem** 359
 Odpoczynek 359
 Najlepsze godziny na naukę 359
 Nauka a cisza 360
 Pozytywne myślenie 360
 Atmosfera w domu 360
 Dieta 360
 Doświadczenie rodziców 361
 Próba generalna egzaminu 361
 Przygotowania a termin egzaminu 362
 Magiczne przedmioty 362
 Tuż przed egzaminem 362
- Uczeń przemęczony** 364
 Bóle głowy 364
 Bóle brzucha 364
 Apatia i zmęczenie 365
 Dzieci wrażliwe 365
 Dzieci niewyspane 365
- Niechęć do szkoły** 368
- Nerwica szkolna** 371
 Środowisko szkolne 372
 Dom rodzinny 372
 Jak pomóc dziecku znerwicowanemu? 373
- Przemoc w szkole** 375
 Portret ofiary 376
 Portret prześladowcy 377
 Jak zaradzić przemocy? 377
- Pomoc psychologiczno-pedagogiczna** 380
- Poradnie psychologiczno-pedagogiczne** 383

U PROGU DOROSŁEGO ŻYCIA

- Wybór szkoły** 388
 Szkoła publiczna (państwowa) 388
 Szkoła społeczna 390
 Szkoła prywatna 391
- „Wyścig szczurów”** 395
- Najlepsze uczelnie** 398
- Nowe kierunki studiów** 401
- Nowe zawody** 403
- Jak i gdzie szukać pracy?** 407
 Absolwent daje ogłoszenie 409
 Poszukiwanie pracy 411
 Miejsce zamieszkania 411
 Wykształcenie 412
 Doświadczenie 412

- Oferty pracy** 413
 Internet 413
 Prasa 413
 Agencje pośrednictwa pracy 414
 Organizacje studenckie 415
 Organizacje społeczne 416
- List motywacyjny i curriculum vitae** 416
 List motywacyjny 416
 Curriculum vitae 417
 Zdjęcie 418
- Rozmowa kwalifikacyjna** 418
- Bezrobocie absolwentów** 420

POZA DOMEM I SZKOŁĄ

- Zainteresowania** 424
 Chwilowe „pasje” 424
 Prawdziwe zainteresowania 425
 Zainteresowania a wiek dziecka 426
 Zmienność zainteresowań 427
- Nauczanie maluchów języka obcego** 429
 Metoda Helen Doron 430
 Nauka języka w kontekście sytuacyjnym oraz TPR (total physical response) 432
- Zajęcia dodatkowe** 434
 Zajęcia sportowe 434
 Zajęcia komputerowe 435
 Muzyka 436
 Języki obce 436
 Plastyka, malarstwo, ceramika 437
 Harcerstwo 438
- Sport** 440
 Znaczenie sportu dla dzieci 440
 Wybór dyscypliny sportowej 441
 Sport i dziecko chore 443
 Sport wyczynowy 444
- Obóz, kolonia, wycieczka** 446
 Przygotowanie do rozłuki 446
 Wybór oferty wyjazdu 447
 Ekwipunek wyjeżdżającego dziecka 447
 Zalety wyjazdów zorganizowanych 448
- Wakacje pod namiotem** 449
 Skrajne emocje 449
 Szczera rozmowa 450
 Niepokoje, wątpliwości i obawy rodziców 451
 Pytania rodziców 451
 Podjęcie decyzji 451
 Zaufanie 452
- Samodzielne wyjazdy na weekend** 453
- Nieodpowiednie towarzystwo** 455
 Młodzież sięgająca po papierosy i alkohol 455
 Młodzież sięgająca po narkotyki 456

- Młodzież zrzeszona w sektach 456
- Młodzież nielegalnie zarabiająca na swoje potrzeby 457
- Młodzież nie ucząca się i niepracująca 458
- Dyskoteki, koncerty rockowe i inne imprezy młodzieżowe 460**
 - Koncert 460
 - Głośna muzyka 460
 - Muzyczny idol 461
 - Dyskoteka 461
 - Impreza prywatna 461
- Znajomi z Internetu 464**
- Telefon komórkowy 466**
 - Zalety telefonu komórkowego 466
 - Telefon komórkowy a zdrowie 467

RELACJE W RODZINIE

MIĘDZY RODZICAMI A DZIEĆMI

- Rodzice i dzieci 472**
 - Pomiędzy rodzicami 472
 - Matka — dziecko 474
 - Ojciec — dziecko 476
- Style wychowania 480**
 - Rodzic nadopiekuńczy 481
 - Rodzic niedojrzały emocjonalnie 481
 - Rodzic perfekcjonista 482
 - Rodzic uszczęśliwiający 482
 - Rodzic autokrata 483
 - Rodzic podporządkowany 484
 - Rodzic chłodny uczuciowo 486
 - Rodzic nieobliczalny 487
- Wystarczająco dobry rodzic 489**
- Autorytet — co to jest i jak go budować? 492**
- Konflikty między mamą a tatą 495**
- Sytuacja rodzinna po rozwodzie 497**
 - Matka po rozwodzie 498
 - Ojciec po rozwodzie 501
- Rodzeństwo 503**
 - Dobre i złe strony rywalizacji 504
 - Problemy ze sprawiedliwością 507
- Jednak 509**
- Bliznięta 514**
 - Rodzaje bliźniąt 514
 - Co to znaczy „być bliźniakiem”? 515
 - Rodzice bliźniąt 516
 - Presja zgodności 517
- Kolejność urodzeń 521**
 - Dziecko najstarsze 522
 - Dziecko najmłodsze 522
 - Dziecko średnie 523
 - Rola płci 524

RÓŻNE MODELE RODZINY

- Rola dziadków w wychowaniu 526**
- Problemy samotnej matki i jej dziecka 528**
 - Odczucia kobiety 528
 - Wdowa 528
 - Samotna z wyboru 529
 - Rozwiedziona 530
 - Odczucia dziecka 531
 - Jak pomóc sobie samej? 531
 - Jak pomóc dziecku? 533
- Problemy rodziny adopcyjnej 536**
 - Dziecko do adopcji 537
 - Problemy po adopcji 537
 - Zasada jawności 538
- Rodzina zastępcza, rodzina terapeutyczna, rodzinne domy dziecka 540**
 - Rodzina biologiczna a rodzina zastępcza 540
 - Rodzina zastępcza 541
 - Rodzina terapeutyczna 542
 - Rodzinne domy dziecka 543

PROBLEMY W RODZINIE

- Choroba mamy lub taty 546**
 - Wpływ ciężkiej choroby rodzica na dziecko 546
 - Niedobory w sferze emocjonalnej 547
- Alkoholizm w rodzinie 548**
 - Sytuacja bliskich alkoholika 548
 - Współzależnienie 549
 - Reakcje dzieci alkoholików 550
 - Skutki krzywdzenia najmłodszych w rodzinach alkoholowych 550
 - Postępowanie współmałżonka alkoholika 551
- Oblicza przemocy w rodzinie 552**
- Bezrobocie 554**
- Zapracowani rodzice 556**
- Ucieczki z domu 558**
- Pomoc rodzicom, którym zamordowano dziecko 561**

PROBLEMY Z DZIEĆMI

- Problemy z apetytem 564**
 - Niejadek 565
 - Dziecko z nadmiernym apetytem 567
- Konflikty między dziećmi 569**
- Nieposłuszeństwo 574**
 - Trudna nauka posłuszeństwa 574
 - Napady złości 575
- Arogancja 578**
- Wandalizm i dewastacja mienia 580**
- Krytykowanie rodziców 582**
- Wdrażanie do obowiązków domowych 584**
- Utrzymywanie porządku 586**
 - Porządki mniej i bardziej ważne 587
 - Własne „królestwo” dziecka 587

Ustalenie zasad 588
 Trudna nauka porządku 588
Konflikt pokoleń 590
Bunt i młodzieńczy gniew 592
Pokolenie X czy @? 595
Roszczenia finansowe 597
 Kieszonkowe 598
 Praca nastolatka 598
 Uczestnictwo nastolatka w planowaniu
 rodziny wydatków 599
 Urodziny i gwiazdka 599
 Rozmowy nie tylko o pieniądzu 600
Pieniądze jako nagroda 602
 Stanowisko przeciwników 602
 Stanowisko zwolenników 604
Modne stroje, makijaż, kolczyki, tatuaże 606
Późne powroty do domu 609
Rola grupy rówieśniczej 612
 Okres przedszkolny i wczesnoszkolny 612
 Wiek dojrzewania 612
 Tworzenie grup koedukacyjnych 613

DYSCYPLINA

Stawianie wymagań 618
Proponowanie, prośby, polecenia 621
Reakcje rodzica na nieposłuszeństwo 624
Kary i nagrody w wychowaniu 627
Rodzaje kar 629
Czy karanie jest skuteczne? 632
Czy wolno bić? 634
**Doświadczanie przez dziecko konsekwencji
 własnych czynów** 636
„Mięka” przemoc w wychowaniu 638
Nakłanianie i manipulacja 640
 Nakłanianie 640
 Manipulacja 642
Umowy i negocjacje 644
Dyscyplina pełna miłości 647

PRAKTYCZNA ŚCIĄGAWKA DLA RODZICÓW

Potrzeby i prawa rodziców 650
Błędy wychowawcze 655
Okazywanie dziecku miłości 658
Poznanie własnego dziecka 661
Rozmowa z dzieckiem 665
 Słuchanie 666
 Słuchanie odzwierciedlające 668
 Pułapka uzasadnień 669

Zachęcanie do współpracy 671

Pochwała 676

 Zła pochwała 677

 Dobra pochwała 678

Krytyka 681

Uczenie samodzielności 685

Poczucie własnej wartości 690

 Atrakcyjność fizyczna 690

 Inteligencja i zdolności 690

 Sytuacja materialna 691

Dziecko nadmiernie wrażliwe 693

Dziecko zbyt grzeczne 697

PSYCHIKA

Zabawa 704

 Zabawa w różnym wieku 704

 Zabawa tematyczna 706

 Obecność innych dzieci i rywalizacja 706

 Czynności „na niby” 707

 Wybieranie nowej zabawki 708

Fantazjowanie 713

Lęk 715

 Lęk czy strach? 716

 Kalendarz lęków 717

 Etapy przeżywania lęku 719

 Postawa rodziców 720

„Złe” nawyki 723

 Ssanie palca 723

 Ssanie kciuka z dodatkowym przedmiotem 725

 Obgryzanie paznokci 725

 Dłubanie w nosie 726

 Kiwanie się 727

 Mruganie oczami 727

 Kręcenie włosami na palcu 728

 Dotykanie narządów płciowych 728

 Zjadanie mydła i papieru, lizanie ścian 729

Kłamstwo 732

Gdy dziecko kradnie 738

Kompulsje i fobie 742

 Kompulsje 742

 Fobie 743

Agresja 745

Nadpobudliwość psychoruchowa 748

 Nadpobudliwość a wiek dziecka 748

 Przyczyny nadpobudliwości 749

 Leczenie farmakologiczne 750

Nerwica i zaburzenia emocjonalne 752

 Objawy nerwicowe 753

 Najczęściej spotykane zespoły nerwicowe 753

Pomoc psychologa 756

- Frustracja** 758
 Subiektywna wielkość frustracji 758
 Dwie nieprawidłowe postawy rodzicielskie 759
Śmierć bliskiej osoby 761
Anoreksja i bulimia 765
 Anoreksja 765
 Portret anorektyczki 766
 Symptomy anoreksji 766
 Powikłania medyczne 767
 Bulimia 769
 Portret bulimika 769
 Symptomy bulimii 769
 Powikłania medyczne 770
Psychika dziecka chorego na alergię i astmę 772

DZIECIĘCA SEKSUALNOŚĆ

- Od ciekawości do seksualności** 778
Uświadamianie 784
Kłopotliwe pytania 790
Miłość romantyczna do rodzica przeciwnej płci 793
Pierwsze miłości 795
Masturbacja wczesnodziecięca 798
Problemy okresu dojrzewania 800
Inicjacja seksualna 804
 Najważniejsze sygnały dojrzałości płciowej 804
 Odmienne oczekiwania dziewcząt i chłopców 805
 Lęk a rozpoczęcie życia seksualnego 806
 Rozmowy o antykoncepcji 806
Zaburzenia tożsamości płciowej i skłonności homoseksualne 809

DZIECKO A KULTURA

- Młody odbiorca kultury** 812
Oddziaływanie mediów 814
 Telewizja 814
 Programy dla dzieci 816
 Reklama 819
 Reklama a promocja 821
 Reklama społeczna 821
Prasa dla dzieci i młodzieży 822
 Prasa dla najmłodszych 822
 Prasa dla uczniów szkół podstawowych 822
 Prasa dla młodzieży 823
 Prasa tworzona przez młodych 824
 Prasa katolicka 825

- Książki** 826
 Zachęcanie małego dziecka do obcowania z książką 826
 Zalety głośnego czytania 828
 Biblioteczka małego ucznia 829
Film i teatr 832
 Film 832
 Teatr 833
Wystawy i muzea 836
Własna twórczość dzieci 838
 Sztuki plastyczne 838
 Muzyka 841
 Twórczość literacka 843

DZIECKO CHORE I DZIECKO NIEPEŁNOSPRAWNE

- Prawa małego pacjenta** 846
 Prawo do bezpłatnej opieki zdrowotnej 846
 Opieka profilaktyczna 846
 Testy przesiewowe 847
 Szczepienia ochronne 847
 Prawo do leczenia szpitalnego 849
 Prawa hospitalizowanego dziecka 850
 Prawa rodziców hospitalizowanego dziecka 851
 Naruszanie praw dziecka 852
 Karta Praw Pacjenta 853
Lekarz rodzinny 856
 Wybór lekarza rodzinnego 857
 Obowiązki i kompetencje lekarza rodzinnego 859
 Wizyta domowa 860
 Świadczenia lekarskie w nocy i w święta 861
Lekarz specjalista 862
 Wybór lekarza specjalisty 863
 Rodzaje skierowań do specjalisty 863
 Leczenie bez skierowania 864
 Obowiązki i kompetencje lekarza specjalisty 864
Specjaliści w dziedzinie rozwoju psychiki dziecięcej 866
 Psycholog 866
 Pedagog 867
 Logopeda 868
Dziecko w szpitalu 870
 Strach, ból, stres 870
 Prawa dziecka w szpitalu 871
 Matka z dzieckiem w szpitalu 872
Ból 874
Śmierć dziecka 876