

Spis treści

Słowo wstępne – dr Michael Merzenich	9
Wprowadzenie	13

Część I: Podstawy

Rozdział 1. Jak to się zaczęło	19
Rozdział 2. Od naprawiania usterek do budowania więzi	33
Rozdział 3. Niesamowity mózg waszego dziecka	47

Część II: Dziewięć Zasad

Rozdział 4. Zasada I. Uważny ruch	67
Rozdział 5. Zasada II. Spowolnienie	93
Rozdział 6. Zasada III. Zmienność	117
Rozdział 7. Zasada IV. Subtelność	137
Rozdział 8. Zasada V. Entuzjazm	159
Rozdział 9. Zasada VI. Elastyczne cele	179
Rozdział 10. Zasada VII. Przełącznik uczenia się	199
Rozdział 11. Zasada VIII. Wyobraźnia i marzenia	215
Rozdział 12. Zasada IX. Świadomość	231
Rozdział 13. Pokonać ograniczenia	247

Dodatek: Najczęściej zadawane pytania

Najczęściej zadawane pytania	251
Podziękowania	261
O autorce	265
Zdaniem specjalistów i rodziców – recenzje metody Anat Baniel	267