

Spis treści

Przedmowa	9
Podziękowania	11
 Część 1: Czym jest zaburzenie opozycyjno-buntownicze?	
1. Co oznacza diagnoza „zaburzenie opozycyjno-buntownicze”?	15
2. Jakie są przyczyny zaburzenia opozycyjno-buntowniczego?	32
3. Jakie inne problemy zdrowotne łączą się z zaburzeniem opozycyjno-buntowniczym?	47
4. Czy zaburzenie opozycyjno-buntownicze można leczyć?	64
 Część 2: Jak sobie radzić z trudnymi zachowaniami dziecka	
5. Wzmacnianie odporności emocjonalnej u ciebie jako rodzica	73
6. Rozwijanie umiejętności samoregulacji emocjonalnej u twojego dziecka	104
7. Stawianie granic i komunikowanie wymagań	138
8. Rozwijanie umiejętności funkcjonowania wykonawczego u twojego dziecka	187
9. Zrozumienie wartości i motywacji swojego dziecka	226
Na zakończenie	263