



## Spis treści

|                    |   |
|--------------------|---|
| Wprowadzenie ..... | 9 |
|--------------------|---|

### CZĘŚĆ PIERWSZA

## Cechy charakteru

#### ROZDZIAŁ 1

##### **„To JA jestem najważniejszy!”**

|                                                            |    |
|------------------------------------------------------------|----|
| Jak wychować dzieci, które nie są (zbyt) egoistyczne ..... | 27 |
|------------------------------------------------------------|----|

#### ROZDZIAŁ 2

##### **„To zbyt trudne”**

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| Jak wychować dzieci ambitne, odporne i zmotywowane ..... | 53 |
|----------------------------------------------------------|----|

#### ROZDZIAŁ 3

##### **„Jesteś głupi i brzydki!”**

|                                                                                               |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Jak wychować dzieci, żeby nie stały się tyranami,<br>i jak pomóc tym, które są dręczone ..... | 81 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|

#### ROZDZIAŁ 4

##### **„No do cholery, przecież mówię prawdę!”**

|                                                                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Jak wychować dzieci, które nie kłamią i nie przeklinają<br>– przynajmniej wtedy, kiedy ma to znaczenie ..... | 105 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|

#### ROZDZIAŁ 5

##### **„Dziewczyny tego nie potrafią!”**

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| Jak wychować dzieci, które nie są seksistowskie ..... | 125 |
|-------------------------------------------------------|-----|

## ROZDZIAŁ 6

**„Jestem doskonały”**

Jak wychować dzieci, które mają zdrowe poczucie własnej wartości, a nie są narcystyczne ..... 159

## ROZDZIAŁ 7

**„Ma brudną skórę”**

Jak wychowywać dzieci, żeby nie były rasistami ..... 187

## CZĘŚĆ DRUGA

**Strategie**

## ROZDZIAŁ 8

**„Nie możesz mnie zmusić!”**

Kształtowanie zachowania i wartości ..... 219

## ROZDZIAŁ 9

**„Nienawidzę swojego brata”**

Pomaganie dzieciom, by żyły w zgodzie ..... 243

## ROZDZIAŁ 10

**„Gdzie jest iPad?”**

Nadzór nad ekranami, grami i mediami społecznościowymi ..... 267

## ROZDZIAŁ 11

**„Kiedy go dotykam, robi się większy!”**

Rozmowa z dziećmi o seksie i pornografii ..... 295

**Epilog** ..... 329

**Podziękowania** ..... 337

**Przypisy końcowe** ..... 341