

Wprowadzenie 9

Rozdział 1. Rozwój 13

Procesy rozwojowe mają charakter
kumulatywny 16

Dlaczego ono chce wszystko robić
po swojemu? 21

Dlaczego moje dziecko mnie nie słucha? 25

Dlaczego dzieci biją? 34

Dlaczego przedszkolaki uwielbiają
opowiadać o kupce, dupce i siku? 39

Skąd tyle grymaszenia przy jedzeniu? 44

Dlaczego poranki muszą być
takie trudne? 49

Jak zadbać o zdrowie i higienę? 56

Dlaczego moje dziecko chce wciąż jeszcze jedną bajkę?	62
Dlaczego przedszkolaki nie potrafią przegrywać?	67
Rozdział 2. Emocje	73
Na czym polega edukacja emocjonalna i wsparcie dzieci w regulacji emocji?	75
Dlaczego dzieci się złością?	79
Dlaczego przedszkolaki wciąż się czegoś boją?	86
Co stoi za dziecięcym wstydem?	94
Co robić z dziecięcym smutkiem?	100
Jak wspierać odporność psychiczną dzieci?	106
Po co zajmować się regulacją napięcia?	113
Gdy rodzicielskie emocje sięgają zenitu. Jak mniej zarządzać się dziecięcymi emocjami?	121

Rozdział 3. Relacje	129
Rozstania z rodzicami.....	132
Dlaczego dzieci tak często szukają naszego towarzystwa?	138
Jak odbudować relację po trudnej sytuacji?	144
Konflikty między dziećmi. Dlaczego oni się kłóć?	150
„Mamo, dlaczego Staś nie chce się ze mną bawić?”	157
Zakończenie.....	164