

Spis treści

- / 9 Wychowanie to wyzwanie**
Przed jakimi wyzwaniami stają współcześni rodzice, co daje, a co odbiera możliwość kształtowania rodzicielstwa po swojemu
- / 19 Wioska, która wychowuje**
Dlaczego dziecko potrzebuje w swoim otoczeniu różnych osób
- / 31 Wpływ czy kontrola**
Kim jest dziś przywódca w rodzinie, jak uczyć się przywództwa i czy da się z niego abdykować
- / 43 Sztuka mówienia „nie”**
Jak używać uważnego „nie” i jak mądrze wycofać się z „nie” nieprzemyślanego
- / 55 Nie da się kochać tak samo**
Dlaczego jedno dziecko może budzić w nas zupełnie inne emocje i reakcje niż drugie
- / 67 Rodzice mogą różnić się pięknie**
Do czego można wykorzystać to, że się różnimy
- / 79 Jak się tworzy przywiązanie**
O bliskości, obecności, dostępności emocjonalnej, wspólnych doświadczeniach
- / 91 Skarb dobrostanu**
Z czego się bierze poczucie wartości dziecka
- / 103 Wychowanie przez akceptację**
Na czym polega akceptująca postawa wobec dziecka i jak się jej uczyć
- / 115 Ładujemy baterie**
Żeby móc towarzyszyć dziecku i wspierać jego odporność psychiczną, trzeba budować własną
- / 127 Przestrzeń na decydowanie**
Pozwólmy dziecku uczyć się podejmowania decyzji
- / 139 Temat nie tylko dla dorosłych. Jak rozmawiać z dziećmi o seksualności**
Dziecko wie, kiedy i czego chce się dowiedzieć
- / 151 Wychowanie do równości**
Rozmawiamy o tym, by nie traktować płci jako cechy, która wszystko wyjaśnia

- / 163 (Nie) zawsze działa**
O komunikowaniu się mimo różnic
- / 175 Rozmowy jak spotkania**
Czym różni się rozmowa z dziećmi od rozmowy z dorosłymi i w jakich umiejętnościach warto się ćwiczyć
- / 187 Zachowanie w potrzebie**
O czym mówią trudne zachowania dzieci
- / 199 Nie potrzebuje być jak inni**
Skąd biorą się fałszywe przekonania o atypowym rozwoju dzieci i jakie mamy alternatywy
- / 211 Dla kogo trudne pytania są trudne**
Jak rozmawiać z dziećmi, podążając za ich ciekawością
- / 223 Jestem po twojej stronie**
Jak być blisko z nastolatkiem
- / 235 Niech czują to, co czują**
Jak nie przeszkadzać dzieciom być w kontakcie ze swoimi emocjami i w opiekowaniu się nimi
- / 247 Optymizm nie za wszelką cenę**
Dziecko może wykorzystywać optymizm jako narzędzie i zasób
- / 259 Czujące dziecko bierze się z czującego rodzica**
Jak stworzyć warunki, w których dziecko będzie lepiej czuć, rozumieć i troszczyć się o siebie
- / 269 Nie taka straszna, jak ją malują**
Złość to sygnał, że dzieje się coś ważnego
- / 279 Widzę, że się boisz**
Jak wspierać dziecko w tym, co przeżywa
- / 291 Czym martwią się dzieci**
Dzieci interesują się tym, jak wygląda nasze życie, bo to jest też ich życie
- / 303 Rodzic w potrzebie**
Jak się chronić przed wypaleniem i co robić, gdy nas dotknie
- / 315 Tu się nie grozi palcem ani dziecku, ani rodzicowi**
Czym nie jest rodzicielstwo bliskości