

# Obsah

Předmluva .....	11
<b>I. Od narození až do školy .....</b>	<b>13</b>
1. První starost rodičů .....	13
2. Mluvíme o citech .....	19
2.1 Dítě je milované, ale je i milující? .....	20
2.2 Nemoc v rodině a citové postoje .....	24
2.3 Citové vzory v rodině .....	25
3. Co s názory rodičů? .....	31
4. Já a můj bráška .....	33
5. Děda, babička a city dítěte .....	37
6. Od rána až do večera neb co můžeme pokazit mezi třetím a sedmým rokem .....	39
6.1 Všichni stejně a bez úlev .....	39
6.2 Jdeme do školky a do práce .....	40
6.3 Cit při probuzení a odchod do školky .....	42
6.4 Cesta ze školky domů a povídání s rodiči .....	43
6.5 Chodíme nakupovat .....	45
7. Co je to dárek .....	47
7.1 Filip má svátek .....	48
8. Dětský pokoj .....	51
9. Co s tím, když zlobí .....	54
10. Jedeme na výlet .....	57
11. Televize, počítač a knihy .....	59
12. Kdy do školy a kdy ne? .....	62
13. Co nakonec? .....	67
<b>II. Od první třídy do puberty .....</b>	<b>69</b>
1. Bude mu šest a půjde k zápisu .....	69
1.1 Bez přípravy doma to nepůjde .....	71
2. Jak má vypadat zralý školák .....	73
2.1 Chce opravdu vědět to, na co se ptá .....	73
2.2 Zvládá rituály ráno a večer .....	74
2.3 Šaty si dává na jedno místo .....	77
2.4 Umí si připravit aktovku .....	79
2.5 Vyrždí hodinu pracovat u stolečku a dokončí to, co začalo .....	81

2.6 Umí mluvit s dospělými.....	83
2.7 Hraje si s dětmi, nejen vedle nich.....	84
2.8 Je zvladatelné, umí se s rodiči dohodnout.....	88
2.9 Zná bezpečnostní pravidla.....	89
3. Citová výchova mladšího školáka.....	91
3.1 Jak učit dítě projevovat lásku.....	92
3.2 Pomáhání.....	96
3.3 Nemoc v rodině – musíme si pomáhat.....	97
3.4 Sourozenci.....	98
3.5 Sexuální výchova a cit.....	100
3.6 Příbuzní a láska dětí.....	102
4. Režim mladšího školáka.....	103
4.1 Domácí rozvrh hodin.....	103
Příloha 1: Rituál „jak vstávat“.....	105
Příloha 2: Obrázkový seznam „co do školy“.....	106
Příloha 3: Obrázkový domácí rozvrh školáka.....	107
4.2 Denní režim.....	110
4.3 Pokoj školáka.....	111
4.4 Osobní svoboda, zájmy a zábava školáka.....	114
4.5 Televize, počítač a četba.....	117
4.6 Školní výlet.....	120
4.7 Výlety s rodiči.....	122
4.8 Rodinné návštěvy.....	124
5. Učení ho nebaví, nic si nepamatuje.....	127
5.1 Když učení nejde a ambice dítěte jsou veliké, nastupuje nemoc.....	129
5.2 Žákovská knížka plná poznámek.....	130
5.3 Proč jsou děti agresivní a drzé.....	131
6. Úskalí puberty.....	146
6.1 Co patří k pubertě.....	146
6.2 Právo a svoboda.....	149
6.3 Hygiena a sex.....	152
6.4 Vlastní pokoj a soukromí.....	154
<b>III. Od puberty k dospělosti.....</b>	<b>157</b>
1. Studium nebo řemeslo.....	157
1.1 Kam s ním.....	157
1.2 Je chytrý a neučí se.....	159
1.3 Maturant, ale nezaměstnaný.....	162

---

2. Mladé lásky .....	164
2.1 Musíme se brát .....	165
3. Po maturitě a před promocí .....	168
4. Život s partou a zábava .....	173
<b>IV. Dospělost a stáří.....</b>	<b>175</b>
1. Známe vůbec své dítě? .....	175
1.1 Výchova byla stejná, děti jsou různé.....	177
2. Rodiče a jejich rady do života .....	179
2.1 Rodinné štěstí očima rodičů a dětí.....	181
2.2 Snacha a zeť – tchyně a tchán .....	183
3. Společné bydlení.....	188
4. Rodinné oslavy.....	193
5. Vliv staré generace na děti svých dětí .....	197
6. Závěr .....	199
Slovo autorky pro nejstarší čtenáře této knihy .....	200