

SPIS TREŚCI

Wstęp

1. Rządy chaosu. Theodore, trudne dziecko
 2. Na pomoc! Uzyskiwanie właściwej pomocy i wiedzy o tym, kiedy z niej korzystać
 3. Potęga pigułki. Ani przekleństwo, ani błogosławieństwo
 4. Wstawanie, chodzenie spać i inne utarte czynności. Jak zorganizować życie codzienne, żeby nie było piekłem
 5. Dograłeś się! Jak nakłonić dziecko, żeby robiło to, co powinno
 6. Co zrobiłem źle? Pozbywanie się złych nawyków
 7. Dłużej tego nie zniosę! Znajdowanie rozwiązań konkretnych problemów
 8. Jak moje dziecko (a z nim i ja) da sobie radę w szkole? Współdziałanie rodziców i pedagogów
 9. Co? Ja sam mam to zrobić? Rozbudzanie niezależności i odpowiedzialności
 10. Zawieraj nowe przyjaźnie, ale podtrzymuj stare. Uczenie się tego, co inne dzieci łatwo podchwytyją
 11. Wszyscy w tym siedzimy. Reorganizacja dynamiki rodziny
 12. Staraj się zachować spokój, żyjąc dniem dzisiejszym
- Posłowie. Bibliografia. Aneks. Skorowidz rozwiązań