

Spis treści

Wstęp	9
Rozdział 1. Wiek a zachowanie dziecka	11
Lepsze i gorsze etapy	13
Sugestie	17
Rozdział 2. Wiek dziecka a etapy rozwoju	19
Cykle zachowań	19
O czym trzeba pamiętać w związku z etapami rozwoju	22
Cztery tygodnie	23
Szesnaście tygodni	24
Dwadzieścia osiem tygodni	25
Czterdzieści tygodni	27
Dwanaście miesięcy	28
Piętnaście miesięcy	29
Osiemnaście miesięcy	30
Dwa lata	32
Dwa i pół roku	34
Trzy lata	35
Trzy i pół roku	36
Cztery lata	38
Cztery i pół roku	40
Pięć lat	42
Pięć i pół – sześć lat	43
Siedem lat	45
Osiem lat	47
Dziewięć lat	48
Dziesięć lat	50
Rozdział 3. Osobowość	52
Osobowość jako funkcja budowy ciała	53
Trzy typy budowy ciała. Spanie. Jedzenie. Emocje. Nadwrażliwość ektomorfika. Hałaśliwy mezomorfik.	
Funkcjonalne podejście do osobowości	61
Peryferyjne i zogniskowane. Niezdolność do przejścia. Dzieci, których zachowanie w nowych sytuacjach jest zaskakująco dobre, a później się pogarsza. Osobowość a rozwój lewej lub prawej półkuli mózgowej. Dziecko destrukcyjne. Dziecko autystyczne.	
Cóż więc można zrobić?	70
Rozdział 4. Jedzenie	72
Sekwencje rozwojowe	73
Okres niemowlęcy – nieustające uczucie. Osłabiony apetyt. Wybredne – marudne – kapryśne. Spokój. Szybkość i motywacja. Lepszy apetyt. Ciągły ruch. Wilczy apetyt.	
Apetyt i upodobania	79
Różnice indywidualne	81
Szczególne problemy	81
Kolki niemowlęce. Wymioty. Przywiązanie do butelki. Odmowa przyjmowania stałych pokarmów. Niechęć do samodzielnego jedzenia. Apetyt na potrawy pikantne. Jak sprawić, by dzieci lubiły jeść – zasady ogólne.	

Rozdział 5. Sny i spanie	86
Kładzenie dziecka do łóżka	86
Wiek niemowlęcy. Zapotrzebowanie na sen u dwulatka. Rytuał zasypiania u dwupółlatków.	
Zasypianie – trzy do dziesięciu lat.	
Problemy ze spaniem	91
Budzenie się i płacz w nocy. Nocne życie trzylatków. Wchodzenie do łóżka rodziców. Duże łóżko w wieku czterech lat. Złe sny i koszmary senne. Lęki związane ze spaniem.	
Drzemki	99
Budzenie się	102
Różnice indywidualne	103
Rozdział 6. Wydalanie	105
Kontrolowanie pęcherza	105
Indywidualne różnice w załatwianiu potrzeb fizjologicznych	107
Kontrolowanie wypróżnień	108
„Od kiedy mogę oczekiwać, że moje dziecko będzie suche przez całą noc?”	110
„Czy mam wysadzać go w nocy?”	111
Problemy z załatwianiem się	113
Moczenie nocne. Dzieci moczące się w dzień do trzeciego lub czwartego roku życia. Dziecko, które moczy się podczas zabawy. Moczenie się w szkole. Niezwykłe i dziwaczne nawyki higieniczne. Kłopoty z wypróżnianiem.	
Rozdział 7. Rozładowywanie napięć emocjonalnych	124
Okresy wzmożonego napięcia	129
Napady wściekłości	129
Ssanie kciuka	130
Ssanie kciuka z dodatkowym przedmiotem. Czy ssanie kciuka jest szkodliwe? Co należy robić (i czego robić nie należy) ze ssaniem kciuka.	
Gryzienie	136
Obgryzanie paznokci	138
Kołysanie	139
Ssanie języka	140
Walenie głową	141
Toczenie głowy	142
Wyrywanie włosów	143
Płaczliwość	143
Apetyt na przedmioty	144
Tiki	145
Jąkanie się	146
Masturbacja	149
Choroby	151
Choroba morska	154
Rozdział 8. Lęki	156
Każdy wiek ma swoje lęki	156
Ucieczka przed źródłem lęku jest naturalną reakcją	159
Paniczny lęk, po którym następuje fascynacja	160
Lęk przed ciemnością	163
Lęk przed psami	164
Lęk przed wodą	164
Lęk przed dentystą	166
Lęk przed szpitalem	167
Rozdział 9. Inteligencja	169
Inteligencja a poziom dojrzałości	169

Stopień dojrzałości	170
„Ale jaki jest iloraz inteligencji mojego dziecka?”	173
Dzieci specjalnej troski	174
Co robić, jeżeli u dziecka stwierdzono WDM, nadpobudliwość, dysleksję, niezdolność do nauki?	176
Rozdział 10. Zachowania i zainteresowania seksualne	179
Jak rozmawiać z dziećmi o seksie?	179
Jak informować o seksie?	180
Kiedy mówić, skąd się biorą dzieci?	182
Zabawy seksualne	183
Różnice indywidualne	185
Zainteresowanie płcią przeciwną	186
Rozdział 11. Stosunki między rodzicami a dziećmi	189
Matka – dziecko	190
Dwa lata. Dwa i pół roku. Dwa i pół do trzech lat. Trzy lata. Trzy i pół roku. Cztery lata. Pięć do sześciu lat. Siedem lat. Osiem lat. Dziewięć lat. Dziesięć lat.	
Ojciec – dziecko	201
Trzy do pięciu lat. Sześć lat. Siedem do dziesięciu lat.	
Rozdział 12. Bracia i siostry	208
Co można zrobić, by poprawić sytuację?	209
Nowe dziecko	213
Przygotowanie dziecka na przybycie rodzeństwa. Co zrobić ze starszym dzieckiem, kiedy matka idzie do szpitala. Co z zazdrością?	
Rozdział 13. Telewizja	219
Rozdział 14. Sukces w szkole	228
Każde dziecko w odpowiedniej klasie	228
Powtarzanie klasy	230
Inne przyczyny niepowodzeń szkolnych	232
Wzrost	233
Zdrowie a osiągnięcia szkolne	236
Polityka edukacyjna	238
Całodzienne zajęcia szkolne w klasie zerowej. Zasada głównego nurtu. Niezdolność do nauki.	
Wnioski	241
Rozdział 15. Co mówić o śmierci, Bogu, adopcji i rozwodzie	243
Śmierć	243
Religia	246
Co mówić na temat adopcji?	248
Dziedziczenie czy wychowanie.	
Rozwód	251
Rozdział 16. Problem dyscypliny	255
Poziom dyscypliny	256
Techniki dostosowane do stopnia rozwoju	257
Pragmatyka życia rodzinnego	260
Dziecko niszczyielskie	262
Wskazówki ogólne	264
Trzymajcie się tego, co raz postanowiliście. Ojciec i matka wspierają się wzajemnie.	
Bić czy nie bić?	265

Dyscyplina wśród rodzeństwa	266
Dostosowanie dyscypliny do temperamentu	267
Rozdział 17. Zaburzenia kondycji psychicznej	269
Stres i przyczyny złego zachowania	269
Skąd wiemy, że dziecko jest chore?	271
Organizacja myślenia rodziców. Przykład – chłopiec o imieniu Sławek. Nazwy i listy.	
Rozdział 18. Lista diagnostyczna	281
Rozdział 19. Testy	291
Testy psychologiczne, rozwojowe, sprawdzające wzrok, słuch i mowę	291
Badania fizyczne	292
Elektroencefalogram (EEG)	293
Badania innych rytmów organizmu	294
Promienie Roentgena	295
Cukier we krwi	295
Więcej o chorobach	296
Badanie krwi	297
Morfologia krwi. Żelazo. Skład chemiczny krwi. Badanie tarczycy. Aminokwasy.	
Testy alergiczne	299
Odstawienie i podanie. Dodatki spożywcze. Wykrywanie alergii przez badanie krwi. Badanie skóry.	
Wykrywanie trucizn	305
Ołów. Miedź. Rtęć i arsenik. Formaldehyd. Tlenek węgla. Inne trucizny.	
Testy na wykrycie minerałów	307
Witaminy	308
Światło i powietrze	309
Rozdział 20. Jak stosować listę diagnostyczną i gdzie szukać pomocy	310
Stosowanie listy diagnostycznej	310
Zapobieganie	311
W poszukiwaniu pomocy z zewnątrz	312
Rozdział 21. Leczenie	314
Psychoterapia	315
Terapia indywidualna. Terapia grupowa. Terapia rodzinna.	
Terapia farmakologiczna	316
Środki pobudzające. Środki uspokajające. Silne środki uspokajające. Środki przeciwdrgawkowe. Lit. Środki antydepresyjne. Środki przeciwbólowe.	
Terapia żywieniowa	321
Niedobór witamin. Megawitaminy.	
Leczenie alergii	322
Rozdział 22. Stosowanie	324
Sieć wzajemnych powiązań	324
Podstawowe kategorie	325
Chęci i pragnienia	327
Zapobieganie	328
Bibliografia	329

