

Obsah

Úvod: Zabrat svůj domov zpátky pro sebe	7
1. Čas u obrazovky: Příliš mnoho příliš brzy?	13
2. Metoda A+, jak vychovat vztahově orientované děti	27
3. A+ dovednost citové náklonnosti	39
4. A+ dovednost ocenění a vděčnosti	51
5. A+ dovednost zvládat hněv	63
6. A+ dovednost omluvit se	75
7. A+ dovednost soustředit se	87
8. Čas u obrazovek a stydlivost	101
9. Čas u obrazovek a mozek	113
10. Čas u obrazovek a jazyky lásky	125
11. Čas u obrazovek a bezpečí	137
12. Čas u obrazovek a rodičovská autorita	151
13. Čas u obrazovek a rodič samoživitel	163
14. Čas u obrazovek a vy	175
Závěr: Příběh dvou rodin	187
Poznámky	191
Sociální vývoj podle věku a fází	195
Test: Netráví vaše dítě u obrazovek příliš mnoho času?	197