

OBSAH

Úvod	9
------------	---

Část I PROČ JE VAŠE DÍTĚ CHYTRÉ, ALE ROZTĚKANÉ

1 Jak to, že tak chytré dítě je tak roztěkané?	17
2 Jak určit silné a slabé stránky vašeho dítěte.....	33
3 V čem jsou důležité vaše vlastní silné a slabé výkonové schopnosti	49
4 Dobrá shoda mezi dítětem a úkolem.....	61

Část II POKLÁDÁNÍ ZÁKLADŮ, KTERÉ MOHOU POMOCI

- 5 Deset zásad ke zlepšení výkonových schopností vašeho dítěte 73
- 6 Uzpůsobte prostředí – A jako A to před tím 83
- 7 Učte výkonové schopnosti přímo – B jako Bezvadné chování..... 93
- 8 Motivujte dítě, aby si osvojilo výkonové schopnosti a používalo je –
C jako Co je to následek..... 109

Část III TEĎ DÁME VŠE DOHROMADY

- 9 Jak zorganizovat posun ve vývoji 121
- 10 Hotové plány, které vaše dítě naučí dokončit každodenní povinnosti..... 131
- 11 Jak potlačit reakci..... 179
- 12 Zlepšování pracovní paměti 189
- 13 Jak lépe ovládat emoce..... 197

14 Posilování udržení pozornosti	205
15 Jak naučit dítě zahájit úkol	213
16 Prosazování plánování a určování priorit.....	221
17 Pěstování organizačních schopností.....	229
18 Naučte dítě organizovat svůj čas.....	237
19 Podpora flexibility	245
20 Zvyšování cílené vytrvalosti	253
21 Kultivování metakognice.....	261
22 Když nestačí to, co děláte.....	269
23 Spolupráce se školou	277
24 Co je před vámi?	283
O autorech	295
Rejstřík	296