

Obsah

K uskutečnění dobrých záměrů při výchově a vzdělávání potřebujeme i dobré nástroje	5
Jak jsem prožila to, o čem je tato kniha	6
I. Hranice jsou nutné – jde ale o to, jak je vytváříme	
Partnerský versus mocenský přístup ve výchově a vztazích	9
II. Mluvíme, mluvíme... a nějak to nefunguje	
Neefektivní způsoby komunikace	23
III. Jsi fajn. Jen je třeba udělat...	
Efektivní komunikační dovednosti a postupy	49
IV. Potřebujeme, aby druzí chápali a přijímali, když se cítíme v nepohodě	
Zvládání negativních emocí	83
V. A za trest budeš...!	
Rizika trestů ve výchově	121
VI. Opravdu se zlobím!... Tak co teď navrhuješ?	
Co namísto trestání – přehled výchovných postupů a komunikačních dovedností	139
VII. Když budeš hodný, dostaneš za odměnu... Ty jsi ale šikulka!	
Rizika odměn a pochval ve výchově a co namísto nich	155
VIII. Cukr a bič nebo vlastní chtění?	
Vnější a vnitřní motivace	179
IX. Co všechno děti potřebují	
Výchova, vzdělávání a základní lidské potřeby	189
X. Kdo se naučí vážit si sám sebe, naučí se vážit si také ostatních	
Sebeúcta – jádro naší osobnosti	207
XI. Lepší je předcházet, než napravovat	
Proaktivní výchova	217
XII. Škola má větší možnosti, než nabízí její tradiční podoba	241
XIII. Výchova k poslušnosti je rizikem pro demokracii	257
XIV. Z knížky do praxe	263
XV. O kurzech a o autorech	275
Kurzy a semináře	
Společnosti pro mozkově kompatibilní vzdělávání	280
Literatura	285