

OBSAH

Podakovanie	13
Poznámka autora	17
Úvod	21

PRVÁ ČASŤ	Povaha poruchy pozornosti	27
	1 Samá kaša a odpadkový kôš	29
	2 Mnohé nevyšliapané chodníčky	41
	3 Zblázniť by sme sa mohli všetci	57
	4 Konfliktné manželstvo:	
	Porucha pozornosti a rodina (I)	67
	5 Keď si zabúdate spomenúť na budúcnosť	77

DRUHÁ ČASŤ	Ako sa vyvíja mozog a ako vznikajú nervové obvody a chemické procesy pri poruche pozornosti	93
	6 Rôzne svety:	
	Dedičnosť a prostredie v detstve	95
	7 Emočné alergie:	
	Porucha pozornosti a citlivosť	111
	8 Surrealistická choreografia	121
	9 Emočné vyladenie a vzťahové väzby	129
	10 Stopy raného detstva	139

TRETIA ČASŤ	Korene poruchy pozornosti v rodine a spoločnosti	151
	11 Úplne cudzí človek:	
	Porucha pozornosti a rodina (II)	153
	12 Príbehy v príbehoch:	
	Porucha pozornosti a rodina (III)	163
	13 Táto príliš uponáhľaná kultúra:	
	Sociálne korene poruchy pozornosti	183
ŠTVRTÁ ČASŤ	Význam črt osôb s poruchami pozornosti	197
	14 Prerušované a popletené myšlienky:	
	Nesústredenosť a vypínanie	199
	15 Ako na hojdačke:	
	Hyperaktivita, letargia a hanba	215
PIATA ČASŤ	Dieťa s poruchou pozornosti a uzdravenie	231
	16 Kým nie je koniec, ešte sa všetko nekončí:	
	Bezpodmienečné pozitívne prijatie	233
	17 Lákanie dieťaťa	249
	18 Ako ryba vo vode	263
	19 Len si vynucuje pozornosť	279
	20 Vzдорovité deti: Protivôľ	295

21 Zmiernenie protivôle	309
22 Obhorela mi slanina: Motivácia a autonómia	319
23 Veriť v dieťa, veriť v seba: Porucha pozornosti v triede	335
24 Stále ma len sekírujú: Porucha pozornosti a puberta	351
ŠIESTA ČASŤ	
Dospelý s poruchou pozornosti	369
25 Opodstatnenie vlastnej existencie: Sebaúcta	371
26 Aj to sú naše spomienky	389
27 Spomienky na to, čo sa nestalo: Porucha pozornosti a vzťahy	403
28 Ako Mojžiša zachránil anjel: Sebarodičovstvo (I)	423
29 Fyzické a duchovné prostredie: Sebarodičovstvo (II)	441
30 Namiesto slz a žiaľu: Závislosti a mozog s poruchou pozornosti	461
SIEDMA ČASŤ	
Záver	475
31 Predtým som si tie stromy nevšímala: Čo lieky dokážu a čo nie	477
32 Pozrime sa na pozornosť	493

Poznámky	501
Literatúra	521
Poznámka vydavateľa	533