

Obsah

<i>Úvod</i>	11
Prvá kapitola: Vývoj úlohy rodiča	17
Časy sa menia	17
Mení sa aj vaša úloha	25
Prispôsobenie očakávaní	26
Rešpektovanie samostatnosti dieťaťa	31
„Ja v tvojom veku...“	37
Druhá kapitola: Spoločné dozrievanie	39
Hrýzť či nehrýzť?	39
Zvládanie vlastných nepríjemných pocitov	44
Konstruktívne riešenie nezhôd	48
Čo robiť, keď nesúhlasíte so svojou polovičkou	51
Tretia kapitola: Duševné zdravie	57
Raná dospelosť je zraniteľné obdobie	57
Bežné problémy s duševným zdravím	63
Ako a kde hľadať pomoc	68
Starostlivosť o seba	75
Odcudzenie	79
Štvrtá kapitola: Vzdelanie	85
Oplatí sa vysoká škola?	85
Ako veľmi sa angažovať vo vysokoškolskom štúdiu dieťaťa	87
Alternatívy tradičnej vysokej školy	92
Návštevy doma počas vysokej školy	96

OBSAH

Piata kapitola: Financie	103
Finančná podpora dieťaťa	103
Peňaženka na špagátiku	107
Pomoc pri kúpe domu	111
Ako sa rozprávať o osobných financiách	117
 Šiesta kapitola: Vzťahy a manželstvo	 123
Sexualita vášho dieťaťa	123
Keď si dieťa vyberá partnera	129
Účasť na svadbe	133
Ako môže partnerský vzťah vášho dieťaťa zmeniť váš vzájomný vzťah	136
Ako vychádzať s partnerom dieťaťa	139
Pomoc dieťaťu pri riešení partnerských konfliktov	144
 Siedma kapitola: Napreduje alebo stagnuje?	 149
Darí sa vôbec môjmu dieťaťu?	149
Večný študent	151
Kariérna neistota	157
Stále nezadané dieťa (aj po rokoch)	165
Keď sa dieťa vráti domov	169
 Ôsma kapitola: V úlohe starej matky alebo starého otca	 177
Ako pomôcť novopečeným rodičom	177
Radiť dieťaťu s výchovou?	182
Vy a vaše vnúča	188
 Deviata kapitola: Zhrnutie a pohľad do budúcnosti	 193
Zhrnutie	193
Pohľad do budúcnosti	197
 <i>Podakovanie</i>	 203
<i>Poznámky a použitá literatúra</i>	205
<i>Register</i>	213