



Оглавление

	Предисловие	7
1	Формирование у детей самодисциплины	12
2	Установка на эффективное воспитание	31
3	Как помочь ребенку установить контроль	72
4	Как научить ребенка справляться с проблемами	105
5	Как показать ребенку, что он способный	138
6	Как научить ребенка правильно реагировать на ошибки	172
7	Как помочь ребенку справиться с сомнениями и разочарованиями	206
8	Что делать, когда жизнь кажется несправедливой	236
9	Как вдохновить ребенка сделать мир лучше	272
■	Уроки и сила самоконтроля	305