

# Оглавление

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ЧТО ЗА...?</b> .....   | <b>3</b>  |
| Предисловие. Не думайте о детях...  |           |
| Спасайтесь сами! .....  | 5         |
| Профессиональные секреты .....  | 11        |
| <br>  |           |
| <b>ПРАВИЛА</b> .....  | <b>18</b> |
| Глава 1. Десять простых правил воспитания детей .....   | 19        |
| Глава 2. Если вы решили прочитать только одну главу, читайте эту .....  | 32        |
| <br>  |           |
| <b>ЧТО ПРОИСХОДИТ В ГОЛОВЕ У ДЕТЕЙ</b> .....  | <b>39</b> |
| Глава 3. «Маленький» мозг .....   | 40        |
| Глава 4. Как разговаривать с обладателем маленького мозга .....   | 49        |
| Глава 5. «Замена проводки» в детском мозге .....  | 61        |
| <br>  |           |
| <b>СОН</b> .....  | <b>69</b> |
| Глава 6. Ребенок, который проспал 10 000 км .....   | 70        |
| Глава 7. Мягкая и нежная программа отхода ко сну: не в кровати, не в моей комнате, без сока и без ложки ..... | 87        |

|  |            |
|--|------------|
| Глава 8. Программа сна SAS: Близнецы — двойная головная боль . . . . .   | 102        |
| Глава 9. Похититель кроватей . . . . .   | 109        |
| <b>ЕДА . . . . .</b>   | <b>123</b> |
| Глава 10. Маленький мальчик, который не ел овощи . . . . .   | 124        |
| Глава 11. Дети, которые ели только чипсы с мороженым и гороховое пюре . . . . .                                    | 145        |
| Глава 12. Зеркало для матери, корзина с мусором для отца . . . . .   | 160        |
| <b>ПО-МАЛЕНЬКОМУ И ПО-БОЛЬШОМУ . . . . .</b>   | <b>175</b> |
| Глава 13. Научите сначала мишку . . . . .  | 176        |
| Глава 14. Джимми Грязные Штаны и букет последствий . . . . .   | 191        |
| <b>КАПРИЗНЫЕ МАЛЬЧИКИ И ДЕВОЧКИ . . . . .</b>  | <b>199</b> |
| Глава 15. Направленное внимание и маленький бегемотик . . . . .  | 200        |
| Глава 16. Как использовать тайм-аут и таблицу достижений и почему нельзя вести переговоры с террористами . . . . . | 221        |
| Глава 17. Лестница неминуемой судьбы . . . . .   | 248        |
| <b>ТАЙНА ТРЕТЬЕГО ЯЩИКА . . . . .</b>  | <b>268</b> |
| Глава 18. «Иди на улицу и поиграй» . . . . .   | 269        |
| Глава 19. Ложь, которую мы говорим своим детям . . . . .   | 274        |

|  |            |
|--|------------|
| Глава 20. Как стать родителем, который нравится учителям. ....   | 280        |
| Глава 21. Безопасность детей. ....                               | 285        |
| Глава 22. Как сделать так, чтобы ваш мозг не взорвался . . . . . | 303        |
| <b>КАК ЭТО РАБОТАЕТ ВСЁ ВМЕСТЕ . . . . .</b>                     | <b>309</b> |
| Глава 23. Набор инструментов — руководство пользователя. ....    | 311        |
| Глава 24. Полет в одиночку — семейство Хамдинджеров . . . . .    | 322        |
| Глава 25. Десять шагов к счастью Хамдинджеров . . .              | 335        |
| <b>ОДНАЖДЫ ВЕЧЕРОМ ПО ДОРОГЕ ДОМОЙ... 342</b>                    |            |
| Глава 26. Как история заканчивается . . . . .                    | 343        |