

# Оглавление

Введение .....	5
<b>Глава 1. Наш сын .....</b>	<b>8</b>
<b>Глава 2. Какой он? .....</b>	<b>14</b>
Темперамент .....	15
Автомобиль .....	19
Зверь.....	19
Герой мультфильма.....	20
<b>Глава 3. Обыкновенная мистика: воспитательная     биоэнергетика .....</b>	<b>26</b>
<b>Глава 4. Воспитание: кнут или пряник?.....</b>	<b>40</b>
<b>Глава 5. «Не могу», «не хочу» и «не буду» и как с этим     бороться.....</b>	<b>52</b>
<b>Глава 6. Волшебное слово «нельзя» .....</b>	<b>65</b>
<b>Глава 7. Извечные вопросы: какой я родитель?.....</b>	<b>77</b>
<b>Глава 8. Родительский практикум .....</b>	<b>88</b>
Как сказать нет .....	89
Как показать ребенку «Я тебя люблю».....	92
Как правильно помогать.....	95
Как сказать «нельзя» его назойливым приятелям .....	97
Как остаться победителем .....	100
<b>Глава 9. Век живи, век учись... ..</b>	<b>105</b>
Как научить учиться .....	106
<b>Глава 10. О теле, в котором дух здоровый .....</b>	<b>119</b>
Воздушные ванны .....	123
Солнечные ванны .....	124
Босохождение .....	124

Обливание холодной водой.....	125
Контрастный душ.....	125
Закаливание горла.....	127
<b>Глава 11. Воспитание характера, или Кто такой — этот «настоящий мужчина»? .....</b>	<b>128</b>
<b>Глава 12. Для пап .....</b>	<b>138</b>
Папа и малыш .....	140
Дошкольный возраст.....	141
Школьный возраст .....	142
<b>Глава 13. Для мам.....</b>	<b>152</b>
<b>Глава 14. Он растет, или О возрастных кризисах .....</b>	<b>159</b>
Кризис новорожденного.....	160
Кризис первого года.....	161
Кризис трех лет .....	165
Кризис семи лет .....	167
<b>Глава 15. Уже не мальчик, еще не юноша .....</b>	<b>172</b>
<b>Глава 16. Глава про нас, или Психотерапия для родителей.....</b>	<b>189</b>
Миф о хрупкости ребенка.....	190
Мифы о том, что воспитанием нужно «заниматься» ....	193
Миф третий .....	194
Чувство родительской вины.....	196
<b>Глава 17. Заключительная, или Работа над ошибками .....</b>	<b>207</b>
Крайности «свободного» воспитания .....	208
Крайности полного контроля .....	210
Крайности гиперопеки.....	211
Критическая ошибка: недостаток внимания .....	212
Критическая ошибка: на разных языках .....	213
Несогласованность действий – тяжелая ошибка родителей.....	217
Недооценка своих сил и способностей .....	218
<b>Послесловие, или Самое главное в воспитании .....</b>	<b>220</b>