

ÚVOD

1. KAPITOLA

Miminko je tady aneb Já jsem svět (0–9 měsíců)	11
Kojení	12
Jak často kojit?	16
Kde kojit?	17
Jak dlouho kojit?	18
Komunikace	20
Spánek a bdění	26
Motorický vývoj	31
Dítě a jeho lidé	33
To nejlepší nakonec aneb Pláč	38
Hlad	40
Bolení břicha po krmení	41
Osamělost	42
Únava	43
Mokrý plenka	44
Horko nebo zima	44
Větríky, nebo moderněji kolika	45
Je svět v pořádku?	45

2. KAPITOLA

Batole se batolí aneb Já a svět (9–18 měsíců)	50
Samostatný pohyb	52
Dávej pozor!!!	56
Nesahej na tu kytku!!!	60
Přechod na pestřejší stravu a pití	63
Máma je moje	70
Komunikace slovem i pohybem	72
První hry, říkadla, knížky	78

3. KAPITOLA	
Kdo s koho aneb Já proti světu (18–36 měsíců)	85
Výchovné styly	87
Autoritativní výchova	87
Slabá výchova	88
Liberální výchova	89
Nedůsledná výchova	91
Důsledná výchova	91
Lze vzdoru dítěte předejít?	92
Výbuch je tady	101
Už se domluvíme	105
Ještě o řeči	109
Nočník	112
Oblékání, obouvání, mytí	117
Uklid si hračky a neušpiň se!	121
A znovu spaní	125
Au, to bolí! O dětských nemocech a našich úzkostech	129
4. KAPITOLA	
Objevují okolní svět aneb Já a ostatní lidé (3–6 let)	133
Mateřská škola	135
Co by mělo dítě před vstupem do školky umět?	135
Jakou školku vybrat?	136
Jak dítě na školku „natěšit“?	136
První den	137
Kdy je ten správný věk?	138
Táta... a prarodiče a kamarádi	139
Jídlo jako radost, jídlo jako starost	144
Když on pořád tak zlobí!	151
Když on je Karlík takový... a také něco o emocích	156
Taková jiná rodina	161
Děti a úzkosti	164
Neexpertní rodičovství	166
DOPORUČENÁ LITERATURA A ODKAZY	173