

Obsah

Předmluva	9
Úvod.	11
Vytvoření bezpečné vazby mezi rodiči a dítětem.	15
Životně důležité potřeby kojence a batolete.	17
Bezpečná vazba – stabilní základ osobnosti	23
Vazba pro přežití	23
Potřeba vazby při strachu či odloučení	24
Různé blízké osoby	25
Hierarchie blízkých osob – „pyramida vazeb“	25
Vazba a objevování světa	27
Vazba před vzděláním	28
Základní předpoklady vytvoření bezpečné vazby.	30
Rozdílné druhy vazby	39
Předávání vzorců vazby	48
Přednosti bezpečné vazby	49
Nevýhody nejisté vazby	51
Když se vazba nezdaří	52
Těhotenství a <i>bonding</i>.	63
Fáze těhotenství	65
Vývoj dítěte v děloze	67
Prenatální diagnostika	71
Význam ideálů	72
Změny u nastávajících rodičů během těhotenství.	74
My tři	75
Možnosti relaxace	76

Kojenec a jeho rodiče79
Bdělá pozornost a hra79
„Maminkovská řeč“80
Společná hra.80
Pláč – záruka přežití82
Uklidnění dítěte83
Přiměřené podněty a stimulace85
Rytmus trvání a častých změn86
Krmení87
Spánek a noční odloučení89
Přivykání na odloučení před usnutím90
Podmínky spánku nejmenších dětí.94
„Předpověď počasí“96
Představy dítěte96
Okamžiky štěstí98
„Nešťastné“ okamžiky.99
Pocit mateřství	100
Pocit otcovství.	101
Mateřské a otcovské skupiny	102
Nejbližší a širší rodina	103
Přijetí rodiny do dalších skupin	104
Rodiče a jejich dítě – ideální představy a reálné problémy . . .	107
Vývoj vazeb v prvním roce života	107
Dítě jako „spouštěč“ (trigger)	108
Opakování děsivých příběhů z vlastního dětství	109
Zpracování zážitku porodu	111
Reálné dítě a reální rodiče.	113
Partnerství	115
Partnerství před porodem	115
Partnerství po porodu	116

Jiní opatrovníci dítěte a význam odloučení	121
Jiní opatrovníci	121
Babysitting	121
Členové rodiny	122
Paní na hlídání	123
Jesle	123
Au-pair	126
Odloučení	127
„Kruh bezpečí“ a pomoc dětem s problémy vazby.	131
Úplný kruh bezpečí u dětí s bezpečnou vazbou	131
Neúplný kruh bezpečí	132
Působit proti nejisté vazbě	134
Problémy s odloučením, vztekem, křikem, spánkem a krmením	135
Kurs SAFE® k podpoře bezpečné vazby mezi rodiči a dětmi . .	147
Cílová skupina	147
Obsahy programu SAFE®	148
Modul I	149
Modul II.	151
Modul III	152
Modul IV	153
Poděkování	157