

## SPIS RZECZY

Wstęp .....	5
Rozdział 1. Wychowanie warunkowe .....	16
Dwie metody wychowawcze.....	18
Skutki wychowania warunkowego .....	28
Rozdział 2. Obdarzanie miłością i odmawianie miłości .....	34
Manipulowanie miłością.....	35
Skutki miłości odmawianej .....	38
Nagradzanie nie zdaje egzaminu .....	43
Wzmocnienie pozytywne - wcale nie tak pozytywne .....	46
Poczucie własnej wartości.....	57
Rozdział 3. Zbyt wiele kontroli.....	62
Które dzieci robią to, co im się każe? .....	68
Dwie skrajności .....	71
Różne skutki kontrolowania dzieci.....	76
Rozdział 4. Szkody wyrządzone przez kary .....	83
Dlaczego kary zawodzą? .....	88
Rozdział 5. Presja sukcesu.....	96
W szkole .....	101
Tak zwany „sport” .....	110
Rywalizacja .....	112
Rozdział 6. Co nas powstrzymuje?.....	118
Co widzimy i słyszymy? .....	119
W co wierzymy? .....	123
Co czujemy?.....	131
Czego się boimy?.....	134

Rozdział 7. Rodzicielstwo bezwarunkowe .....	145
Rozdział 8. Miłość, która nie stawia wymagań.....	173
Zrezygnujmy ze stawiania warunków .....	174
Ograniczajmy krytykę.....	176
Czego robić więcej?.....	180
Zrezygnujmy z gróźb.....	183
Nie stosujmy przekupstwa .....	187
O sukcesach i porażkach.....	197
Nauczyciele i rodzice na wspólnym froncie .....	200
Rozdział 9. Dać dzieciom wybór .....	203
Korzyści pozostawiania dzieciom wyboru .....	203
Pierwsze słowo, ostatnie słowo .....	206
Wspólne podejmowanie decyzji.....	208
Pozorny wybór .....	215
Granice ograniczeń .....	217
Kiedy dzieci nie chcą, ale muszą.....	219
Wypróbujmy zasady .....	225
Rozdział 10. Punkt widzenia dziecka .....	230
Moralność dzieci .....	231
Rozumienie czyjejś perspektywy .....	242
Patrząc oczami dziecka .....	246
Przypisy .....	253