

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Πρόλογος στη δεύτερη αμερικανική έκδοση .....	13
Εισαγωγή .....	15
Μέρος 1: Ο γονιός της αγάπης και της λογικής .....	19
1. Ο ρόλος του γονιού: Όνειρο ή εφιάλτης; .....	21
Διασκεδάζουμε; .....	24
Η ανατροφή των παιδιών μπορεί να ξαναγίνει ευχάριστη .....	25
2. Επικίνδυνες αποστολές: Πώς να μεγαλώσετε υπεύθυνα παιδιά .....	27
Αναποτελεσματικοί τρόποι ανατροφής των παιδιών .....	30
Ο αποτελεσματικός τρόπος της αγάπης και της λογικής ...	36
Το παράδοξο της επιτυχίας και της αποτυχίας .....	38
Μαθήματα σε προσιτές τιμές .....	42
Υπερπροστασία δεν σημαίνει αγάπη .....	44
Η υπευθυνότητα δεν διδάσκεται .....	47
3. Τα υπεύθυνα παιδιά νιώθουν όμορφα για τον εαυτό τους .....	49
Είμαι αυτό που νομίζω ότι νομίζεις πως είμαι .....	50
Η εικόνα που έχουμε για τον εαυτό μας είναι σαν ένα τραπέζι με τρία πόδια .....	54
Η διαφορά ανάμεσα στον έπαινο και την παρακίνηση .....	62

Η θετική εικόνα για τον εαυτό μας απορρέει από τα επιτεύγματά μας .....	67
Αν είμαστε εμείς ευτυχημένοι, είναι και αυτά ευτυχημένα .....	69
4. Τα λάθη των παιδιών είναι οι ευκαιρίες τους .....	75
Μαμά, σε παρακαλώ, προτιμώ να το κάνω μόνος μου .....	77
Εσύ έχεις τα προβλήματά σου και εγώ τα δικά μου .....	79
Οι δύο κανόνες της αγάπης και της λογικής .....	81
Πρόβλημα, πρόβλημα... Ποιου είναι τελικά το πρόβλημα; ..	86
5. Βάζοντας όρια μέσα από προσεκτικά επιλεγμένες λέξεις ...	89
Πώς να μιλήσετε σ' ένα παιδί .....	91
Ο φαύλος κύκλος των απειλών .....	94
Θέλουμε να σκέφτονται, όχι να διαφωνούν .....	98
6. Οι επιλογές θα σας βοηθήσουν να κερδίσετε τον έλεγχο ..	103
Ο ρόλος του γονιού γίνεται όλο και πιο περιέργος .....	104
Η σωστή δόση ελέγχου .....	105
Δίνοντας τη μάχη των επιλογών, μια μάχη που μπορεί να κερδίσετε .....	108
Κάνετε προσεκτικά τις επιλογές σας .....	119
7. Το μυστικό της επιτυχίας: Συναισθηματική ταύτιση και συνέπειες .....	123
Το πάθημα μάθημα .....	126
Συνέπειες ως φυσικά επακόλουθα .....	129
Συνέπειες που επιβάλλονται .....	131
Οι συνέπειες δεν χρειάζεται να είναι άμεσες .....	133
Η συναισθηματική ταύτιση κάνει τη διαφορά .....	135
8. Φώτα, κάμερα, παιδιά-γονείς, πάμε! .....	139
Εξάσκηση, εξάσκηση, εξάσκηση .....	139

Τι δεν είναι η μέθοδος της αγάπης και της λογικής .....	141
Δεν είναι ποτέ αργά για να ξεκινήσετε .....	148
Μέρος 2: Αγάπη και λογική: Πολύτιμες συμβουλές .....	149
Πώς να αξιοποιήσετε τις πολύτιμες συμβουλές της αγάπης και της λογικής .....	151
1. Αθλήματα .....	152
2. Αξίες: Πώς να τις μεταλαμπαδεύσετε στα παιδιά σας ..	157
3. Αξιώσεις .....	161
4. Αυθάδεια και έλλειψη σεβασμού .....	166
5. Αυταρχισμός .....	169
6. Βαθμοί, κακές επιδόσεις και έλεγχοι .....	172
7. «Βαριέμαι» .....	176
8. Βοήθεια ενός ειδικού: Πότε να τη ζητήσετε .....	178
9. Βρισιές και άσχημη γλώσσα .....	180
10. Γιαγιάδες και παππούδες .....	182
11. Γκρίνια και παράπονα .....	186
12. Δάσκαλοι και προβλήματα στο σχολείο .....	188
13. Δημιουργικότητα .....	191
14. Διαζύγιο και δικαιώματα επικοινωνίας .....	196
15. Δουλειές .....	208
16. Δώρα .....	212
17. Εκπαίδευση... για την τουαλέτα .....	216
18. Ενδοσχολική βία .....	219
19. Εχθρικά βλέμματα και αρνητική γλώσσα του σώματος ..	222
20. Η πίεση της κοινωνικής αποδοχής των συνομηλίκων ...	225
21. Ηλεκτρονικά παιχνίδια .....	229
22. Θυμός: Όταν είναι απαραίτητος .....	238
23. Καβγάδες .....	240
24. Κλοπή .....	243

25. Κρίσιμες καταστάσεις .....	246
26. Νευράκια και μπουρίνια .....	249
27. Παρεμβολές όταν μιλάτε στο τηλέφωνο .....	252
28. Πειθαρχία 101 .....	255
29. Πειθαρχία μπροστά σε κόσμο .....	258
30. Πότε να «τους τις βρέξετε» .....	261
31. Προετοιμασία για το σχολείο .....	263
32. Συμμάζεμα .....	266
33. Τα μαθήματα του σχολείου .....	270
34. Τηλεόραση .....	273
35. Το βούρτσισμα των δοντιών .....	277
36. Το διαδίκτυο .....	279
37. Φαγητό και καλοί τρόποι στο τραπέζι .....	283
38. Φίλοι .....	287
39. Φόβοι και «μπαμπούλες» .....	290
40. Χαρτζιλίκι/Χρήματα .....	293
41. Ψέματα και ανειλικρίνεια .....	297
42. Ώρα για ύπνο .....	300
Παράρτημα Α – Οι τρεις τύποι γονιών .....	302
Παράρτημα Β – Μετατρέψετε το λόγο σας σε χρυσό: Η τέχνη της πειθούς στο σπίτι .....	304
Σημειώσεις .....	307