



ОГЛАВЛЕНИЕ

Вместо вступления. «Мама, трудно ли быть Богом?» ... 7

Часть 1. Я лучшая мама на свете!

Глава 1. Дети — наши зеркала! 23

Глава 2. Вас часто посещает чувство вины?..... 28

Глава 3. 20 способов «подзарядить» мамино терпение 41

Глава 4. Чтобы день прошел не зря...
(Краткий ликбез по тайм-менеджменту для мам).. 58

Глава 5. Где взять силы, когда ничего не получается?..... 60

Часть 2. Мама = лучший друг!

Глава 1. Почему мама лучше друга 69

Глава 2. Мама-друг 71

Глава 3. Мама-воспитатель..... 76

Глава 4. Мама-наказатель 79

Глава 5. Мама-развиватель 86

Глава 6. Главное, что Мама всегда верит в меня..... 90

Глава 7. Шпаргалка, как быть ближе каждый день... 108

Часть 3. Если в воздухе вьет грозой...

Глава 1. Мамин перерыв 115

Глава 2. Когда мама не права 123

Глава 3. Отвлекающий маневр..... 126

Глава 4. Как поддержать ребенка в конфликте? 128

**Часть 4. Мама единожды, мама дважды, мама трижды...**

Глава 1. Очередность рождения	139
Глава 2. Как подготовить старшего к рождению малыша?	145
Глава 3. Стратегия братских ссор	157
Глава 4. Особенности разницы в возрасте	163

Часть 5. Семья — территория взросления

Глава 1. А папа?	175
Глава 2. Идеальный муж — идеальная жена	185
Глава 3. Семейные ритуалы, семейный совет	189

Часть 6. Как воспитать безответственного ребенка

Глава 1. Карающий, гиперпекающий и поддерживающий Родитель	201
Глава 2. Вы все еще играете в игрушки?	207
Глава 3. Только не надо никого спасать!	213
Глава 4. Вечная проблема «отцов и детей»	217

Часть 7. Мой ребенок — ленивый

Глава 1. Три главных причины лени	223
Глава 2. Мотивация через ведущую деятельность возраста	228
Глава 3. Внутренняя и внешняя мотивация	229

Вместо заключения. Ваш стакан наполовину пуст или?.. 235**Приложение 1. Клятва «Мамы-Совершенство»** 241**Приложение 2. Развиваем играючи!** 242