

فهرست مطالب

۹	مقدمه نویسنده
۱۱	آزمون شناخت روش تربیتی در موقعیت‌های مختلف:
بخش اول: خاری که گل شد	
۲۳	خطاب به پدران که عاشق خانواده خود هستند
۲۴	عشق و محبت بین والدین:
۲۵	چطور محبت کنیم؟
۲۷	چطور محبت کردن را آموزش بدھیم؟
۳۰	جدول روش‌های محبتی من
۳۱	همدلی با فرزندم:
۳۲	قبلش بگو، اما بعد از شکست همراهی اش کن:
۳۶	فرق باران ابر سیاه و باران ابر سفید
فصل دوم: زمانی برای باهم بودن	
۴۳	اهمیت زمان گذاشتن در خانواده:
۴۵	چرا به تفریح دونفره نمی‌رویم و این را فراموش می‌کنیم؟
۴۶	چقدر برای فرزندم وقت بگذارم؟
۵۰	جدول زمانی خانواده من
۵۱	توانایی حل مسئله در کودکان:
۵۲	چند راه سرگرم‌کردن بچه‌ها:
فصل سوم: اژدها وارد می‌شود	
۵۷	خشم و خشونت در والدین:
۵۸	خشم کی به سراغ ما می‌آید؟
۵۹	نمی‌خواهم از کوره دربروم:

۶۰	چرا خشمگین می‌شویم؟
۶۲	چرا بچه‌ام حرف من را گوش نمی‌دهد؟
۶۵	دعواکردن کودکان:
۶۶	تبیه کردن کودکان
۶۷	چرا فرزندان را کنک می‌زنیم؟
۶۸	چرا تنبیه کردن بی‌فایده است؟
۶۹	در خانه شما کنترل تلویزیون دست کیست؟
۶۹	چطور خشم خود را کنترل کنیم؟
۷۱	قدمه‌های کنترل خشم:
۷۵	جدول احساسات من
۷۶	تکنیک حفظ آرامش یا کنترل خشم:
۷۹	فصل چهارم: و زندگی شیرین می‌شود
۸۱	از کی باید یاد بگیریم برای تربیت فرزند؟
۸۳	شکرگزاری روزانه
۸۴	مهریانی با خود
۸۶	ناخدای کشتی کیست؟
۸۶	راهنمای قانون‌گذاری در خانه:
۸۹	راهنمای محدودیت در خانه:
۹۳	آموزش نظم به فرزندان
۹۵	راهنمای تغذیه کودکان
۹۶	جلسات خانوادگی:
۹۹	راهکار کتابخوان شدن فرزندان
۱۰۰	فایده کتابخواندن:
۱۰۲	روش دوستی با فرزندان:
۱۰۷	منابع: