

Monika  
Szubrycht

**SZCZĘŚLIWE  
I SILNE  
DZIECKO**

Jak uchronić dzieci  
przed kryzysami psychicznymi

# Spis treści

Wstęp . . . . .	5
-----------------	---

## W DOMU (NIE) ZAWSZE NAJLEPIEJ

1. Kiedy się zatrzymać? O najlepszej szkole dla rodziców (MAGDALENA WIATROWSKA) . . . . .	11
2. Czy rodzice mają wpływ na swoje dzieci? (MAREK KACZMARZYK) . . . . .	43
3. Cały ten seks. I nie tylko (ALEKSANDRA ŻYŁKOWSKA-WÓJCIK) . . . . .	71

## W SZKOLE ŻYCIA

4. Szkoła: „Chciałam zgłosić nieprzygotowanie” (IRENA CHĄDZYŃSKA) . . . . .	93
5. O karach, nagrodach i ucieczce od wolności (JACEK KIELIŃ) . . . . .	127
6. Bycie online jest byciem naprawdę. O prawdziwej i fałszywej szkodliwości internetu (JACEK PYŻAŁSKI) . . . . .	153

## SAME PROBLEMY Z TOBĄ

7. Najważniejsza jest równowaga (IWONA SIKORSKA) . . . . .	171
8. Trauma w ciele i kwiat lotosu (SABINA SADECKA). . . . .	199
9. Dzieci, kryzysy i naprawę trudne momenty (TOMASZ BILICKI) . . . . .	223
10. Kiedy dziecko samo się krzywdzi (KRZYSZTOF SZWAJCA). . . . .	243
11. Dziecięcy psychiatryk. O szpitalu innym niż wszystkie (MARCIN ŁOKCIEWICZ) . . . . .	279