AKSON

AKSON Agnieszka Kozdroń

Zabawa, która rozwija. Aktywności wspierające rozwój dziecka od poczęcia do pierwszego roku życia

Spis treści strona

Wstęp 6

Zanim się urodzi. Jak wspierać rozwój dziecka i budować więź od początku ciąży do pierwszego roku życia

1. Już jesteś. Od pierwszej myśli „Moje Dziecko" 13
2. Ojcostwo zaczyna się wcześniej. Świadoma obecność i odpowiedzialność za dziecko 18
3. Dobrze, że jesteś. Budujemy więź słowem i bliskością 24
4. Ruch to zdrowie. Razem budujemy dobre nawyki 29
5. Poznaj rodzinne zasoby i stwórz dziecku przestrzeń do bycia sobą 34
6. Rodzinne metody wychowawcze. Wybieramy te, które dobrze służą rodzinie 49
7. Kołysanka dla mojego dziecka 59
8. Opowiem ci, jak cię kocham 64
9. Twoje dziecko ma prawo zacząć własną opowieść od imienia 69
10. Poczuj, zobacz, usłysz – odkrywamy bogactwo świata zmysłów 72
11. Mandala dla mojego dziecka – moje emocje, nadzieje i marzenia 76
12. Moje szczęśliwe chwile 79
13. Pierwszy krok na drodze do realizacji marzeń 84
14. Bliskość, zaufanie, partnerstwo – budujemy naszą relację 90
15. Kocham swoje ciało – uczę się troszczyć o siebie 96
16. Partner nie umie czytać w myślach – powiedz mu, co czujesz i czego potrzebujesz dla siebie i dziecka 101
17. Zobacz siebie w roli przyszłego ojca – masz zasoby, na których możesz budować 108
18. Radość każdego dnia – małe chwile bliskości z dzieckiem 112
19. Poród – jeszcze chwila i nareszcie razem 116
20. Kangurowanie – bliskość, która daje dziecku poczucie bezpieczeństwa 121
21. Dotykam, poznaję, odkrywam – bliskość i poznawanie świata przez dotyk 126
22. Nie ma to jak tata – ojciec buduje własną więź z dzieckiem 132
23. Płacz to informacja. Kiedy płaczę, reaguj 138
24. Odkrywam świat słowa – rozmawiamy, słuchamy, poznajemy 144
25. Mały, większy, największy – odkrywamy świat przez porównywanie 149

Spis treści strona

26.	Tajemniczy świat dźwięków – słuchamy, odkrywamy, doświadczamy	153
27.	Mamo, tato, to JA! Jestem indywidualnością!	159
28.	Zatańcz ze mną, jeszcze raz!	165
29.	Opowiem ci, jak cię kocham – opowiem ci, jak możesz kochać siebie	167
30.	Niesamowite historie mojego taty – poznaję swoje korzenie i tworzę własną historię	173
31.	Zabawa – Jestem na TAK! Razem odkrywamy, a potem po swojemu	178
32.	Pokaż mi świat!	183
33.	Poznaj mnie, skarbie – jestem Twoją mamą, ale także sobą!	190
34.	Moje rytuały – poznaję swoje dziecko i buduję naszą bliskość	197
35.	Mój pierwszy roczek! Co wybieram?	202
36.	Na zakończenie. Miłość to także odpowiedzialność za bezpieczeństwo dziecka	205
37.	Obserwuję, poznaję, wspieram. Etapy rozwoju dziecka w pierwszym roku życia	207
	Rozwój emocjonalny dziecka	209
	Rozwój motoryczny dziecka	211
	Rozwój mowy i komunikacji	214
	Rozwój społeczny dziecka	216
	Jedzenie to też rozwój. Żywienie i funkcje oralno-motoryczne	218
38.	Nasza rodzina – jaką rodzinę chcemy tworzyć?	221
39.	Bibliografia	225