

# Оглавление

От авторов .....	9
Предисловие .....	12

## Часть I. Вступление

От Линдси .....	19
От Майка .....	25
<b>Глава 1.</b> Очень важное утро .....	29
<b>Глава 2.</b> Как стать жаворонком за пять минут .....	37
<b>Глава 3.</b> «Спасательные круги» .....	49
<b>Глава 4.</b> Первый неочевидный принцип родительства: самоуправление .....	94
<b>Глава 5.</b> Второй неочевидный принцип родительства: поддержание энергии .....	129
<b>Глава 6.</b> Третий неочевидный принцип родительства: четкий фокус .....	155

## Часть II. Навыки исключительно хорошего родительства

<b>Глава 7.</b> Первый навык исключительно хорошего родительства: целенаправленное родительство ...	181
<b>Глава 8.</b> Второй навык исключительно хорошего родительства: настрой на игру .....	220
<b>Глава 9.</b> Третий навык исключительно хорошего родительства: правильные установки и здравый смысл .....	258

Глава 10. Уравнение чуда .....	288
Приглашение.....	298
Об авторах.....	300