

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Благодарность .....	9
Предисловие .....	11
Глава 1. Психосоматика .....	21
Что такое психосоматика? .....	21
Психика .....	23
Психосоматический компонент заболевания .....	32
Законы природы: почему мы боеем .....	42
Природные и социальные конфликты .....	56
Глава 2. Связь между мамой и ребенком .....	61
Wi-Fi между мамой и ребенком .....	61
Один мир на двоих .....	66
Что у мамы в голове, то у ребенка на теле .....	71
«Почему болеет ребенок, а не я?» .....	73
Кто виноват в наших болезнях? Реакции, передающиеся по наследству .....	76

Глава 3. Зачатие. Беременность.	
Роды . . . . .	81
Зачатие. Как состояние мамы влияет на возможность забеременеть . . . . .	81
Замершая беременность. Самопроизвольный аборт . . . . .	85
Беременность. Как состояние мамы влияет на плод . . . . .	87
Роды. Как состояние мамы влияет на них . . . . .	88
Первое время после родов. Как состояние мамы влияет на малыша . . . . .	91
Хорошая-плохая мама. Как восприятие себя как мамы влияет на ребенка . . . . .	97
Как любить и не задушить . . . . .	101
Глава 4. Детские болезни и их причины . . . . .	107
Как понять причину болезни без справочника? . . . . .	108
Самые распространенные детские заболевания и их причины . . . . .	109
Конфликт диагноза . . . . .	184
Это из детства . . . . .	186
Глава 5. Особенности детки . . . . .	189
«Почему именно я?» . . . . .	189
Диагнозы особенных деток и их психосоматические причины . . . . .	197

Глава 6. Основные трудности в развитии и воспитании детей . . . . .	205
Сон ребенка . . . . .	206
Грудное вскармливание . . . . .	212
Питание . . . . .	215
Горшок . . . . .	222
Адаптация к детскому саду и школе . . . . .	224
Глава 7. Скорая психосоматическая помощь ребенку и себе . . . . .	233
Возрастная психосоматика. Работа с детьми разных возрастов . . . . .	233
Профилактика заболеваний . . . . .	243
Треки и вторичные выгоды . . . . .	244
Негативные установки, связанные с материнством . . . . .	248
Страхи. Контроль. Обиды и зависимости . . . . .	252
Гармоничные отношения с собой, ребенком и миром . . . . .	264
Гармоничные отношения ребенка и родителей . . . .	266
Ревность между членами семьи . . . . .	268
Послесловие . . . . .	269
Приложение	
Психосоматическая шпаргалка . . . . .	275