

Содержание

ВВЕДЕНИЕ. КАК ЭМОЦИИ УПРАВЛЯЮТ МИРОМ, И КАК МЫ УПРАВЛЯЕМ ЭМОЦИЯМИ?	5
Зачем развивать эмоциональный интеллект?	8
Почему лучше развивать его с самого раннего детства?	8
Чего ждать от этой книги?	9
ГЛАВА 1. ОТ ПЕРВОГО ОЩУЩЕНИЯ ДО ПЕРВОЙ ОСМЫСЛЕННОСТИ	11
Я и мои эмоции	11
Пять чувств мира	20
Шестое чувство: три хорошие новости о развитии, базовом доверии и принятии	32
Старшие и младшие	40
Что нужно знать о сиблингах?	42
И напоследок — кое-что о словах	48
ГЛАВА 2. ОТ ПЕРВЫХ ШАГОВ ДО ПЕРВЫХ ПРОТЕСТОВ	56
Самый сложный возраст	56
Я чувствую — я существую. Еще раз о принятии и проживании эмоций	67
Игра в эмоции, эмоция в игре	78
Пора учиться?	90
Кое-что о границах	95

ГЛАВА 3. ОТ ПЕРВЫХ ВЫЗОВОВ ДО ПЕРВЫХ УСПЕХОВ.....	108
«Кошмарный трехлетка» или маленький покоритель космоса?	108
Секрет самостоятельности	116
Работаем с эмоциями!	124
Первые друзья	149
ГЛАВА 4. ОТ ПЕРВЫХ УРОКОВ ДО ПЕРВЫХ ТАЛАНТОВ.....	163
Как, опять кризис?!	163
Мышление, внимание, память	186
Алло, мы ищем таланты!	198
Первые вызовы.....	206
ГЛАВА 5. ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ: ПОЗНАНИЕ КАК СЧАСТЬЕ	217
Начальная школа: водоворот страстей	217
Научить учиться — это как?	227
Как не учиться в первом классе вместе с ребенком?	240
Эмоции и гаджеты	250
И тут внезапно: «Не хочу».....	260
Первые конфликты	272
Пусть будет праздник!	285
ГЛАВА 6. УЖЕ ВЗРОСЛЫЙ?	290
Искусство отпускать	291
Поиск призвания	297
Эмоциональный контакт	299
СЧАСТЬЕ — ОНО ТАКОЕ.....	301