

Περιεχόμενα

Πρόλογος στην ελληνική έκδοση (της Χ. Γ. Χατζηχρήστου)	13
Ευχαριστίες	17
Πρόλογος (του Daniel Goleman)	19
Εισαγωγή	21

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΡΩΤΟ

ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ: ΤΟ ΜΥΣΤΙΚΟ ΤΗΣ ΑΝΑΤΡΟΦΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΑ ΕΥΦΥΩΝ ΠΑΙΔΙΩΝ [27]

Τα αποτελέσματα της συναισθηματικής αγωγής	33
Πώς η συναισθηματική αγωγή μπορεί να μειώσει τους κινδύνους που διατρέχει το παιδί σας	37
Η συναισθηματική αγωγή ως εξελικτικό στάδιο	41
Πώς ανακαλύψαμε τη συναισθηματική αγωγή	47
Συναισθηματική αγωγή και αυτοέλεγχος	51

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΔΕΥΤΕΡΟ

ΤΑ ΕΙΔΗ ΤΗΣ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣ: ΜΙΑ ΠΡΩΤΗ ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ [55]

Οι «αποστασιοποιημένοι» γονείς	66
Οι «επικριτικοί-αποδοκίμαστικοί» γονείς	72
Οι «επιτρεπτικοί-παραχωρητικοί» γονείς.....	76
Οι «συναισθηματικοί μέντορες»	79

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΡΙΤΟ
ΤΑ ΠΕΝΤΕ ΒΑΣΙΚΑ ΣΤΑΔΙΑ
ΤΗΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ [87]

Ενσυναίσθηση: το θεμέλιο της συναισθηματικής αγωγής	89
Πρώτο στάδιο: η επίγνωση των συναισθημάτων του παιδιού	95
Δεύτερο στάδιο: η εκδήλωση του συναίσθηματος ως ευκαιρία για οικειότητα και καθοδήγηση	114
Τρίτο στάδιο: ενσυναισθητική ακρόαση και αναγνώριση των συναισθημάτων των παιδιών	116
Τέταρτο στάδιο: βοήθεια στο παιδί προκειμένου να εκφράσει λεκτικά τα συναισθήματά του	121
Πέμπτο στάδιο: καθορισμός ορίων και βοήθεια για την επίλυση προβλημάτων	123

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΤΕΤΑΡΤΟ
ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΕΣ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ [135]

Στρατηγικές	136
Πότε η συναισθηματική αγωγή δεν είναι κατάλληλη	156
Ελέγξτε τις δεξιότητές σας στη συναισθηματική αγωγή	164

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΠΕΜΠΤΟ
Ο ΓΑΜΟΣ, ΤΟ ΔΙΑΖΥΓΙΟ ΚΑΙ Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ
ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΣΑΣ [169]

Οι συζυγικές συγκρούσεις, το διαζύγιο και οι αρνητικές επιπτώσεις τους στα παιδιά	170
Προστατέψτε τα παιδιά σας από τις αρνητικές επιδράσεις των συζυγικών συγκρούσεων	178

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΚΤΟ
Ο ΚΡΙΣΙΜΟΣ ΡΟΛΟΣ ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ [199]

Η πατρότητα σε μεταβατικό στάδιο	204
Η σημασία της παρουσίας του πατέρα	207
Να είστε κοντά στα παιδιά σας και συναισθηματικά, όχι μόνο ως φυσική παρουσία	211

ΚΕΦΑΛΑΙΟ ΕΒΔΟΜΟ
Η ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΙΚΗ ΑΓΩΓΗ
ΚΑΘΩΣ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΜΕΓΑΛΩΝΕΙ [227]

Η βρεφική ηλικία	228
Η νηπιακή ηλικία (ενός έως τριών ετών)	239
Η πρώτη παιδική ηλικία (τεσσάρων έως επτά ετών)	242
Η μέση παιδική ηλικία (οκτώ έως δώδεκα ετών)	251
Η εφηβεία	255
Σημειώσεις	263