

Obsah

Úvod	7
Část I: Co jsou to emoce a proč na nich záleží?	19
Kapitola 1: Co je to emoční inteligence?	21
Kapitola 2: Vaše role v emocích vašeho dítěte	32
Kapitola 3: Co se děje v mozku a těle při velkých emocích?	46
Kapitola 4: Metoda kooperativního zpracování emocí	66
Část II: Kooperativní zpracování emocí s malými dětmi	113
Kapitola: 5: Co dělat v danou chvíli	115
Kapitola 6: Jak nastavit a dodržovat hranice	149
Kapitola 7: Kdy a jak mluvit o chování	170
Kapitola 8: Následky, tresty a odměny	187
Kapitola 9: Jak ukončit hněvivý výbuch, než vůbec začne	200
Kapitola 10: Zpracování emocí s více dětmi	213
Část III: Vyšší úroveň CEP	235
Kapitola 11: Rozvíjení empatie	237
Kapitola 12: Životní změny a přechodové situace ...	255
Kapitola 13: Budoucnost spočívá v emoční inteligenci	281
Poděkování	294
Další nástroje: CEP karty	299
Poznámky	303