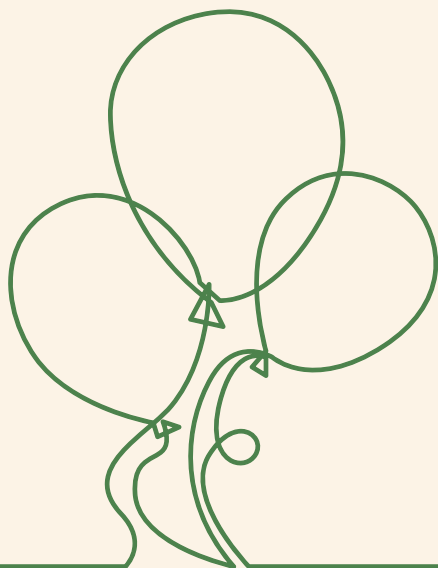


Эксперт в области эмоционального интеллекта

ВИКТОРИЯ ШИМАНСКАЯ

# Детские ЭМОЦИИ



ВОСПИТЫВАЕМ С ЛЮБОВЬЮ



МИ∞

# Оглавление

## ВВЕДЕНИЕ

<b>Как эмоции управляют миром и как мы управляем эмоциями?</b> .....	<b>5</b>
--	----------

## ГЛАВА 1

<b>От первого ощущения до первой осмысленности</b> .....	<b>9</b>
Я и мои эмоции .....	9
Пять чувств мира .....	19
Шестое чувство: три хороших новости о развитии, базовом доверии и принятии .....	29
Старшие и младшие .....	38

## ГЛАВА 2

<b>От первых шагов до первых протестов</b> .....	<b>55</b>
Самый сложный возраст .....	55
Я чувствую — я существую.	
Еще раз о принятии и проживании эмоций .....	62
Игра в эмоции, эмоция в игре .....	73
Пора поучиться? .....	87
Кое-что о границах .....	96
Об управлении чужими эмоциями .....	104

## ГЛАВА 3

<b>От первых вызовов до первых успехов</b> .....	<b>111</b>
«Кошмарный трехлетка» или маленький покоритель космоса? .....	111
Секрет самостоятельности .....	123

Работаем с эмоциями! .....	133
Наши страхи .....	136
Наш гнев .....	140
Наша печаль .....	147
Первые друзья .....	155

#### ГЛАВА 4

<b>От первых уроков до первых талантов .....</b>	<b>169</b>
Как, опять кризис?! .....	169
К школе готов? .....	180
Мышление, внимание, память .....	195
Алло, мы ищем таланты! .....	215
Первые вызовы .....	225

#### ГЛАВА 5

<b>Школьные годы: познание как счастье .....</b>	<b>239</b>
Начальная школа: водоворот страстей .....	239
Научить учиться — это как? .....	250
Как не учиться в первом классе вместе с ребенком? .....	269
Эмоции и гаджеты .....	279
И тут внезапно «не хочу» .....	290
Первые конфликты .....	304
Пусть будет праздник! .....	318

#### ГЛАВА 6

<b>Уже взрослый? .....</b>	<b>327</b>
Искусство отпускать .....	329
Поиск призвания .....	339
Эмоциональный контакт .....	346
<b>Счастье — оно такое .....</b>	<b>349</b>
<b>Дополнительные практики.....</b>	<b>351</b>
<b>Об авторе .....</b>	<b>430</b>