

OBSAH

ÚVOD	6
1. CITY, EMOCE A JEJICH MÍSTO V OSOBNOSTI ČLOVĚKA	10
1.1 Vymezení pojmů city a emoce	10
1.2 Typologie a rozdělení citů a emocí	14
1.3 Pozitivní emoce a jejich význam v životě jedince	16
2. EMOČNÍ INTELIGENCE JAKO MULTIDIMENZIONÁLNÍ HLEDISKO CITŮ A EMOCÍ	20
2.1 Charakteristika emoční inteligence a její složky	21
2.2 Empatie jako nejdůležitější složka emoční inteligence	23
2.2.1 Vývoj empatie	25
3. CITOVÁ A EMOCIONÁLNÍ VÝCHOVA V RODINĚ	27
3.1 Charakteristika současné společnosti a proměny rodiny	27
3.2 Rodina a její funkce se zaměřením na funkci emocionální	31
3.3 Vývoj citové výchovy v rodině	36
3.3.1 Vývoj emocí a citová výchova v různých stádiích vývoje	40
4. CITOVÁ A EMOCIONÁLNÍ VÝCHOVA VE ŠKOLE	50
4.1 Historie citové výchovy v názorech hlavních pedagogických představitelů	50
4.2 Charakteristika současné školy a hlavních cílů výchovy	57
4.3 Programy v České republice orientující se na citovou výchovu	73
5. NÁMĚTY NA ROZVOJ CITŮ A EMOCÍ U DĚTÍ	78
5.1 Všichni máme pocity	78
5.2 Pocitový kruh	79
5.3 Kde jste zranitelní?	82

5.4 Máte je rádi, nebo ne?	83
5.5 Vyjádřete to!	86
5.6 Mám strach	87
5.7 Hledači pocitů	88
5.8 Postav se svým pocitům	89
5.9 Dělán to, co cítím	90
6.1 Myslím, cítím	92
6.2 Slabé a silné pocity	93
6.3 Teploměr emocí	96
6.4 Kolotoč pocitů	100
6.5 Pomoc nebo překážka?	101
6.6 Jak se cítí?	104
6.7 Pocity a fyzické reakce	105
6.8 Kdo je odpovědný za pocity?	106
ZÁVĚR	108
SUMMARY	110
SEZNAM LITERATURY	112
REJSTŘÍK	119