

Obsah

Předmluva	7
1. DÍL	
Význam emoční inteligence	9
Úvod	10
Čemu se věnovat v různých věkových obdobích dětí	17
2. DÍL	
Základní emoce	19
Vnímání světa pěti smysly	20
Vnímání těla a zkušenost s tělem	23
Vývoj řeči	27
Emoce a city	30
Důležité emoce	39
<i>Radost</i>	39
<i>Zlost, hněv, agrese</i>	41
<i>Štěstí</i>	48
<i>Smutek</i>	52
<i>Láska</i>	55
<i>Strach</i>	57
<i>Odvaha</i>	60
<i>Schopnost uklidnit se</i>	62
3. DÍL	
Rozvoj emočních a sociálních schopností	65
Sebevědomí a sebedůvěra	66

K orientaci potřebujeme hranice	70
Optimista, nebo pesimista	75
Jasně cíle a úspěch motivují	79
Neúspěch – porážka, nebo poučení?	81
Řešení problémů	83
Konflikty patří k životu	91
Získávání přátel	97
Humor jako sociální dovednost	102
Použitá literatura	105
Doporučená literatura	106