PSIHOLOGIE PRACTICĂ PENTRU PĂRINȚI

COLECȚIE COORDONATĂ DE

Victor Popescu

TREI

Emoțiile mari ale celor mici

Cum să gestionăm accesele de furie, crizele de nervi și sfidarea

ALYSSA BLASK CAMPBELL,
LAUREN ELIZABETH STAUBLE

Traducere din limba engleză de
Doina Fischbach

EDITORI:
Silviu Dragomir
Magdalena Mărculescu
Vasile Dem. Zamfirescu

REDACTARE:
Sofia-Manuela Nicolae

DESIGN COPERTĂ: Julianna Lee

DIRECTOR PRODUCȚIE:
Cristian Claudiu Coban

DTP:
Cristian Haba

CORECTURĂ:
Dușa Udrea-Boborel
Irina Mușătoiu

Conținutul acestei lucrări electronice este protejat prin copyright (drepturi de autor), iar cartea este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informației, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sub orice formă sau prin orice mijloc, fără consimțământul editorului, sunt interzise. Dreptul de folosință al lucrării nu este transferabil.
Drepturile de autor pentru versiunea electronică în formatele existente ale acestei lucrări aparțin persoanei juridice Editura Trei SRL.

Titlul original: Tiny humans, big emotions
Autori: Alyssa Blask Campbell, Lauren Elizabeth Stauble

Copyright © 2023 by Jennifer Breheny Wallace

© Editura Trei, 2024
pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeul 1, C.P. 0490, București
Tel.: +4 021 300 60 90; **Fax:** +4 0372 25 20 20

www.edituratrei.ro

Unele nume și detalii de identificare au fost modificate.

ISBN (print): 978-606-40-2460-2
ISBN (pdf): 978-606-40-2570-8

Cuprins

Introducere 9

Partea I: Ce sunt emoțiile și de ce sunt ele importante?

Capitolul 1: Ce este inteligența emoțională? 23

Capitolul 2: Rolul dumneavoastră în viața emoțională a copilului dumneavoastră 38

Capitolul 3: Ce se întâmplă în creier și în corp atunci când experimentați emoții puternice? 56

Capitolul 4: Metoda procesării colaborative a emoțiilor 81

Partea a II-a: Procesarea colaborativă a emoțiilor în relația cu copiii

Capitolul 5: Ce trebuie să faceți în momentul prezent 139

Capitolul 6: Cum să stabiliți și să mențineți limitele 180

Capitolul 7: Când și cum trebuie să vorbiți despre comportament 206