

1572611

СЛЕЗЫ
ИЩЕЛЯЮТ

КЕЙТ
ОРСОН

КАК
СЛУШАТЬ
ДЕТЕЙ



Одна из самых сложных задач, с которой приходится сталкиваться родителям младенцев и малышей – это как вести себя, когда дети плачут и их невозможно успокоить. Родители, не понимая, что происходит с ними, пытаются договориться с детьми или игнорируют их. Кейт Орсон предлагает по-новому взглянуть на одну из основных родительских установок: как отвечать на детские слёзы. Автор дает и ответ, как нам справляться с собственными эмоциями, объясняет, почему нам часто тяжело принять детские чувства: во многом потому, что мы сами не были полностью услышаны своими родителями в детстве.

Книга написана с большой теплотой, поддержкой и уважением к родительскому труду на пути к переменам в отношениях с детьми.

Содержание

Предисловие	3
Введение	6
Моя история.....	8
Глава 1 Истории, которые приводят к слезам	20
Глава 2 Присутствие слушателя – маяк в бушующем море.....	36
Глава 3 Сила внимания – почему мы должны давать детям то, что они ищут	53
Глава 4 Партнерство по слушанию – сначала надеваем «кислородную маску» на себя.....	66
Глава 5 Отвлечение изюмом – как мы нечаянно останавливаем слезы.....	79
Глава 6 История и культура слез – рассказ, который мы несем в себе	93
Глава 7 Путь к грусти – возвращение к слезам	104
Глава 8 Первые шаги в слушании	115
Глава 9 Феномен «сломанного печенья», или Как работают эмоции детей.....	124
Глава 10 Особое время – создаем безопасное пространство для слез.....	136
Глава 11 А при чем тут смех? Высвобождение эмоций при помощи веселья	150
Глава 12 Поведение – выстраиваем отзывчивость через контакт	166
Глава 13 Сон, или Как преобразить родительство при помощи восьмичасового сна.....	180

Глава 14 Разлуки и долгие прощания – провожая ребенка в большой мир.....	193
Глава 15 Истерики на публике – сохраняем хладнокровие	204
Глава 16 Немного особого времени для партнера – укрепляем отношения между родителями	212
Глава 17 Исцеляя разрушенные связи – почему никогда не поздно наверстать упущенное и все исправить	224
Глава 18 Заключение: представьте общество людей, умеющих слушать.....	233
Приложение	237
Примечания	239
Благодарности.....	243