

《孩子们的情绪从何而来》



作者：（法国）爱德华·根塔兹

尺寸：15.2 cm × 20.4 cm

页数：128 页

装帧：平装

出版日期：2023年4月

原版定价：12.9 欧元

关键词：脑科学，情绪，育儿

这是一部受到最新科学研究启发的作品。

众所周知，情绪对生活的方方面面都至关重要。人们总是认为，我们大脑的某些区域是我们情绪的发源地，而其他区域是认知的所在地。然而最新的科学研究表明，这种普遍的想法是错误的。情绪和认知功能是密切相关的，并且是携手并进的。这就是为什么理解和调节儿童的情绪是他们学习的核心。

那么，儿童如何发展他们的情绪？他们如何识别、认知和调节情绪？作为家长，我们如何帮助孩子发展这些能力？本书将帮助你了解情绪的机制，并帮助你的孩子发展情绪技能。

■ 亮点

- 从科学的角度讲述情绪与认知的关系，帮助家长了解情绪产生的原因，从根源解决情绪所产生的问题。
- 对孩子们可能在现实中遇到的问题，给出了很多实用的建议，帮助孩子成为自己情绪的小主人。
- 收录多幅插图和表格，帮助家长们更好地理解情绪的来源，简单易读。

■ 作者简介

爱德华·根塔兹 (Edouard Gentaz) 是日内瓦大学的发展心理学教授和法国国家科学研究中心的研究主任。他在心理学和教育科学学院指导“从出生到青春期的感觉、运动、情感和社会发展”实验室。他还是国家技能研究中心（情感科学、个人行为和社会过程中的情感）的成员。

《孩子们的情绪从何而来》

目录

导言：理解和支持

如何定义一种情感

我们谈论的是什么情绪？

儿童情绪发展在学校学习中的作用

本书的目的是什么？

第一章 - 情绪是普遍的还是文化的？先天的还是后天的？

跨文化研究

对婴儿的研究

对天生失明者的研究

第二章 - 孩子如何理解主要的情绪？

口语发展的重要作用

识别、归类和理解情绪概念

语境的作用

“面具”的影响

第三章 - 理解道德情感的三个必要技能

道德情感和他人的关系

发展同理心

情绪和亲近社会的谎言

第四章 - 我的孩子是如何调节情绪的？

童年时期情绪调节的发展

可爱的玩具和想象中的朋友

克服恐惧和噩梦

青春期情绪调节的挑战

第五章 - 我们怎样才能发展儿童的情绪技能？

描述情绪和参与对话

练习正念

体育活动及各种形式的游戏

成人可以干预的四种方式

结语

进一步阅读

faciales. Ce système permet de décrire quelles unités d'action ou quelles combinaisons de muscles faciaux sont activées lors de la production d'expressions faciales. Par exemple, pour le sourire chez le bébé, les unités d'actions faciales UA12 (remontée des joues), UA25 (ouverture de la bouche et séparation légère des lèvres) et UA26 (ouverture de la mâchoire) peuvent être activées à différentes intensités allant de « a » (peu intense) à « e » (très intense) (voir figure 3).

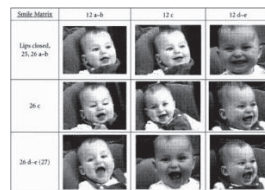


Figure 3: Exemples de sourires de différentes intensités exprimés par un bébé⁸.

Dès la naissance, les bébés sourient pendant leur sommeil. Les sourires peuvent ensuite apparaître en réponse à des stimulations multisensorielles (tactiles, vocales, visuelles, etc.) au cours d'interactions sociales, par exemple quand le bébé voit une personne ou l'entend parler, plus particulièrement ses parents. La majorité des

⁸ Figure issue de Nadel, J., Mar, D., « Emotional Development: Recent Research Advances », Oxford University Press, 2005.



联系我们

contact@bimotculture.com

www.bimotculture.com

Instagram : bimotculture

微信: bi-mot

QQ: 18964787