

SPIS TREŚCI

O tej książce

Agresja – co się za tym kryje?

„Dobra” i „zła” agresja

Uszkodzenia

Zamiar

Ramy odniesienia

Rodzaje agresji

Korzenie całego zła

Czy istnieje pęd ku agresji

Otoczenie – szkoła agresji

Przykra frustracja

Demonstrowania – naśladowanie

Telewizja – wzmocnienie agresji

Uczmy się, wyciągając wnioski z konsekwencji

Wzmocnienia

Kara – hamulec agresji

Agresja i strach

Podsumowanie

Agresja naszych dzieci

Test „Agresika”

Jak powstaje dziecięca agresja

Podstawowe potrzeby

Ciekawość i radość z odkrywania świata

Tak zwana faza przekory

Rozrywka między dziećmi

Zachowania rodziców – przyczyny i oddziaływanie

Test Jak obchodzę się z moim dzieckiem

Tło mojej agresji

Moja frustracja

Moje lęki

Moje przymusy

Potrzeba władzy i zemsty

Klaps „we właściwym momencie”

Mój „kociół frustracji”

Rozwiązywanie wewnętrznego „supła”