

Índice

Agradecimientos	11
Prefacio: LAS COSAS PEQUEÑAS PUEDEN SER MUY IMPORTANTES	13
Primera Parte: INTRODUCCION	21
1. La inteligencia emocional: una nueva forma de educar a los hijos	23
2. Cómo convertirse en un padre con un CE elevado	41
Segunda Parte: LAS EMOCIONES MORALES	55
3. Cómo alentar la empatía y la atención	59
4. Sinceridad e integridad	69
5. Las emociones morales negativas: la vergüenza y la culpa	77
Tercera Parte: LAS CAPACIDADES DE PENSAMIENTO DEL CE	87
6. El pensamiento realista	89
7. El optimismo: un antídoto contra la depresión y el bajo rendimiento	99
8. Cambiar la forma de actuar de los niños, cambiando su forma de pensar	111
Cuarta Parte: LA CAPACIDAD DE RESOLVER PROBLEMAS	131
9. La enseñanza a través del ejemplo: cuál es el papel que debe asumir para que su hijo logre resolver sus problemas	135
10. El lenguaje para resolver problemas	141
11. Formación para encontrar soluciones	147

Quinta Parte: LAS CAPACIDADES SOCIALES	159
12. La capacidad de conversar: algo más que simplemente hablar	163
13. Los placeres y la importancia del humor	169
14. Hacerse amigos: algo más importante de lo que usted pueda pensar	179
15. El funcionamiento en un grupo	187
16. Los modales son importantes	199
Sexta Parte: LA AUTOMOTIVACION Y LAS CAPACIDADES DE REALIZACION	205
17. Cómo anticipar el éxito	209
18. Persistencia y esfuerzo	221
19. Cómo enfrentar y superar el fracaso	233
Séptima Parte: EL PODER DE LAS EMOCIONES	243
20. Conciencia y comunicación emocional	245
21. La comunicación más allá de las palabras	253
22. El control emocional	259
23. La curación emocional de la mente y el cuerpo	267
Octava Parte: LAS COMPUTADORAS Y EL CE: UNA COMBINACION SORPRENDENTEMENTE BUENA	279
24. Software que puede aumentar la inteligencia emocional	287
25. La inteligencia emocional en el ciberespacio	295
Index	303