

SPIS TREŚCI

.....

Podziękowania	7
WSTĘP	11
Model pięciu obszarów samoregulacji	13
Przegląd obszarów	14
Siły sprawcze: MEHRI i praca Stanleya Greenspana	20
Samoregulacja w XXI wieku	21
Rozdział 1	
OBSZAR BIOLOGICZNY	23
Ludzki układ nerwowy i samoregulacja	24
Utrzymanie optymalnej samoregulacji w klasie	27
Badania na temat rozwoju samoregulacji u niemowląt	32
Co można zrobić w szkole?	35
Rozdział 2	
OBSZAR EMOCJONALNY	47
Emocje a samoregulacja	48
Utrzymywanie się dawno przyjętych postaw	50
Regulująca rola emocji	51
Co można zrobić w szkole?	57
Rozdział 3	
OBSZAR POZNAWCZY	71
Rozumienie uwagi i umiejętności przetwarzania	73
Dlaczego niektóre dzieci mają problem ze skupieniem uwagi?	77
Co można zrobić w szkole?	84

Rozdział 4

OBSZAR SPOŁECZNY	102
Czym jest inteligencja społeczna?	103
Współregulacja jest jak taniec	105
Związki między regulacją, samoregulacją i współregulacją	107
Okazje do nauki przez współpracę	109
Co można zrobić w szkole?	111

Rozdział 5

OBSZAR PROSPOŁECZNY	124
Natura empatii i jej waga	126
Co można zrobić w szkole?	134

Rozdział 6

SAMOREGULACJA A EDUKACJA SPECJALNA	153
Społeczne uczenie się a dzieci ze specjalnymi potrzebami	156
Program pomocy opracowany w ramach Inicjatywy Badawczej Milтона i Ethel Harrisów (MEHRIT)	161
Jak „specjalna” jest edukacja specjalna?	167

Rozdział 7

SAMOREGULACJA A ZDROWIE

PSYCHICZNE DZIECI	168
Kluczowe cechy zdrowia psychicznego	173
Drogi do osiągnięcia zdrowia psychicznego – kilka studiów przypadku	176
Dobrostan psychiczny nauczycieli	186

PODSUMOWANIE I SPOJRZENIE

W PRZYSZŁOŚĆ	191
Słowniczek	195
Bibliografia	198