

Sposoby radzenia sobie ze stresem rodziców u dzieci w wieku przedszkolnym

Wstęp.....2

Rozdział I

Stres jako zjawisko w życiu człowieka

- 1.1. Istota i pojęcie stresu..... 4
- 1.2. Przyczyny i skutki stresu..... 9
- 1.3. Sytuacje stresowe15
- 1.4. Sposoby radzenia sobie ze stresem17

Rozdział II

Wychowanie dziecka w wieku przedszkolnym

- 2.1. Rozwój dziecka w wieku 3-6 lat19
- 2.2. Potrzeby dziecka w wieku przedszkolnym32
- 2.3. Trudności wychowawcze u dzieci w wieku przedszkolnym34
- 2.4. Czynniki stresogenne rodziców w wychowaniu dziecka..... 36

Rozdział III

Metodologia badań własnych

- 3.1. Cel i przedmiot badań..... 39
- 3.2. Pytania i hipotezy badawcze..... 41
- 3.3. Metody i narzędzia badawcze..... 44
- 3.4. Przebieg badań i osoby badane..... 45

Rozdział IV

Wyniki badań własnych

4.1. Stres u rodziców – wyniki badań.....48

4.2. Wnioski z badań58

Zakończenie..... 61

Bibliografia.....63

Spis tabel, wykresów, rysunków66

**Ankieta – badanie stresu u rodziców w wieku przedszkolnym.....
67**