



**PSIHOLOGIE
PRACTICĂ
PENTRU
PĂRINȚI**

COLECȚIE COORDONATĂ DE

Vasile Dem. Zamfirescu

TREI

Rușinea la copii

De unde le vine rușinea și cum îi putem
ajuta să țină capul sus

BETSY DE THIERRY

Cuvânt-înainte: Marc Bush

Traducere din engleză de Corina-Mihaela Tudose

EDITORI:

Silviu Dragomir
Vasile Dem. Zamfirescu

DIRECTOR EDITORIAL:

Magdalena Mărculescu

REDACTARE:

Manuela Nicolae

DESIGN COPERTĂ: Faber Studio

ILUSTRAȚIE COPERTĂ: Gulliver/Getty Images/©Layland Masuda

DIRECTOR PRODUCȚIE:

Cristian Claudiu Coban

DTP:

Mirela Voicu

CORECTURĂ:

Roxana Nacu
Andreea-Lavinia Dădărlat

Conținutul acestei lucrări electronice este protejat prin copyright (drepturi de autor), iar cartea este destinată exclusiv utilizării ei în scop privat pe dispozitivul de citire pe care a fost descărcată. Orice altă utilizare, incluzând împrumutul sau schimbul, reproducerea integrală sau parțială, multiplicarea, închirierea, punerea la dispoziția publică, inclusiv prin internet sau prin rețele de calculatoare, stocarea permanentă sau temporară pe dispozitive sau sisteme cu posibilitatea recuperării informației, altele decât cele pe care a fost descărcată, revânzarea sub orice formă sau prin orice mijloc, fără consințământul editorului, sunt interzise. Dreptul de folosință al lucrării nu este transferabil. Drepturile de autor pentru versiunea electronică în formatele existente ale acestei lucrări aparțin persoanei juridice Editura Trei SRL.

Titlul original: *The Simple Guide to Understanding Shame in Children: What It Is, What Helps and*

How to Prevent Further Stress or Trauma

Autor: Betsy de Thierry

Cuvânt înainte: Dr. Marc Bush

Ilustrații: Emma Reeves

Copyright © Betsy de Thierry 2019

Illustrations copyright © Emma Reeves 2019

Foreword copyright © Dr Marc Bush 2019

This translation of *The Simple Guide to Understanding Shame in Children* is published by arrangement with Jessica Kingsley Publishers Ltd.

© Editura Trei, 2020

pentru prezenta ediție

O.P. 16, Ghișeu 1, **C.P.** 0490, București

Tel.: +4 021 300 60 90; **Fax:** +4 0372 25 20 20

E-mail: comenzi@edituratrei.ro

ISBN (print) 978-606-40-0724-7

ISBN (DPF) 978-606-40-0852-7

www.edituratrei.ro

Cuprins

<i>Cuvânt-înainte</i>	9
<i>Prefață</i>	15
Capitolul 1. Ce este rușinea?	21
Diferența dintre rușine și vinovăție	27
Rușinarea	29
Cum se simte rușinea?	31
Rușinea face parte dintr-un continuum	33
Depășirea rușinii	40
Atitudini sociale față de rușine	43
Vă invit să reflectați	44
Capitolul 2. Impactul rușinii	45
Oamenii și nevoia de apartenență	47
Răspunsul somatic la rușine	49
Probleme generate de mecanismele de <i>coping</i>	51
Vă invit să reflectați	59
Capitolul 3. Neuroștiința din spatele rușinii	61
Răspunsul la amenințare — săpând mai adânc	63
Rușinea în copilăria mică	66
Când nu poți să lupți sau să fugi	67
Rușinea ca instrument de protecție	71