

FORMARSI
easy & smart

DANIELE
FEDELI

Kit per Gestire l'agitazione con calma



UN ESTRATTO DAL LIBRO



VIDEOCORSO per adulti
+
MANUALE per ragazzi

GIUNTI EDU

Tuo figlio è perennemente agitato, impulsivo, distratto e disattento? Aiutalo mantenendo... la calma!

Ti senti dire spesso che tuo figlio (o tua figlia) si muove in continuazione e parla tanto, interrompendo gli altri? Oppure ti sei accorto che fatica a rimanere seduto a fare i compiti o a stare tranquillo quando c'è da aspettare? Che gioca in maniera rumorosa e tende a non rispettare le regole? Che non riesce a organizzarsi e a ricordare i compiti per il giorno dopo e i materiali da mettere nello zaino per la scuola o per lo sport?

Questo Kit intende insegnare ai genitori come gestire questa perenne agitazione e irrequietezza dei propri figli e come aiutarli a diventare più controllati, pazienti e organizzati nei diversi contesti di vita - a scuola, nello sport, nel gruppo dei pari - sviluppando le proprie competenze emotive, essenziali per stare bene con se stessi e con gli altri e per crescere autonomi e più sereni.

Scopri le due componenti del Kit!

MANUALE DI ALLENAMENTO ALL'AUTODISCIPLINA

Un libro ricco di attività che aiuta ragazze e ragazzi a controllare agitazione e irrequietezza e a valorizzare le proprie risorse personali.

In un'affascinante cornice a cavallo tra Storia e fantasia, un giovane condottiero carismatico venuto dal passato guida i ragazzini e le ragazzine nell'allenamento delle quattro Nobili Abilità, fondamentali per essere degli autentici "vincenti": **pazienza, concentrazione, ordine e fiducia in se stessi.**

Lo scenario in cui si svolge l'allenamento è la Foresta, un ambiente che - pieno com'è di rumori, piante fruscianti e animali in movimento - evoca il regno del caos. In realtà, guardando meglio, è un mondo molto ordinato in cui ogni parte è collegata. Un meccanismo perfetto, che però richiede tempo per crescere e svilupparsi. Proprio come il mondo interiore di ciascuno di noi.

Un volume per il tempo libero da portare sempre con sé per cimentarsi gradualmente con tante situazioni sfidanti!

**PER
TUO FIGLIO
O TUA FIGLIA**



VIDEOCORSO "GESTIRE L'AGITAZIONE CON CALMA"

PER TE

Con un taglio divulgativo e in modo rapido ma al contempo scientificamente fondato, ti fornisce suggerimenti, strategie e proposte concrete per insegnare a tuo figlio o a tua figlia come gestire la propria irrequietezza e impulsività.

Il videocorso dura complessivamente 2 ore ed è organizzato in 3 videolezioni che, in forma divulgativa, forniscono le strategie da proporre per riconoscere le emozioni che si accompagnano all'agitazione e per imparare a gestirle.

Permette di acquisire **conoscenze e competenze**:

- **sulle emozioni in generale**: che cosa sono, come si formano, a che cosa servono e come insegnare a modularle ed esprimerle nei contesti di vita quotidiana;
- **su agitazione e irrequietezza**: come aiutare i propri figli a imparare a gestirle, partendo dall'analisi della pazienza – ossia della capacità di inibire le risposte fisiche e verbali impulsive – e della concentrazione sul compito, fino a capire come fare per accrescere l'autostima e la fiducia in se stessi.



Il codice univoco di attivazione è riportato sul retro della Card. Gratta la striscia argentata e utilizza il codice per attivare il videocorso.

COME ATTIVARE IL VIDEOCORSO

Scrivi all'indirizzo info.edu@giunti.it e specifica nel corpo dell'e-mail questi dati:

- il tuo nome e cognome;
- l'indirizzo e-mail a cui vuoi essere contattato/a;
- il codice univoco di attivazione riportato sulla Card.

Entro le 72 ore successive alla ricezione della richiesta, riceverai una e-mail di conferma con il link e le credenziali per accedere al videocorso. Potrai fruire del videocorso per 9 mesi a partire dalla data di attivazione.

N.B. Il codice è strettamente personale, non cedibile e può essere utilizzato una sola volta. Per ogni ulteriore informazione sulle modalità di attivazione e fruizione del videocorso, scrivi a info.edu@giunti.it.

COME UTILIZZARE LE COMPONENTI DEL KIT

1

Segui il Videocorso del Prof. Fedeli: scoprirai in modo rapido, chiaro ed esauriente tutto quello che serve sapere sull'agitazione per insegnare a tuo figlio a gestirla!



2



Dai il Manuale a tuo figlio oppure leggilo insieme a lui: immergersi nel magico mondo di Capitan Gedu sarà un'esperienza appassionante e divertente!

3

Scoprite insieme com'è facile imparare...
ad affrontare l'agitazione con calma!

Ti potrebbero interessare anche gli altri due Kit "Formarsi Easy & Smart" con i videocorsi e i volumi sulla gestione della paura e della rabbia. Disponibili in libreria anche i singoli volumi e la raccolta nel "Cofanetto delle emozioni".

