

**CORSO ONLINE**

# **Gestire le paure senza paura**



a cura di  
• **Daniele Fedeli**

**GIUNTI EDUCare**  
editoria digitale e formazione

Il corso “Gestire le paure senza paura” fornisce ai genitori **strumenti per riconoscere, capire e gestire le paure dei propri figli** che si manifestano a scuola, nello sport e nel gruppo dei pari per aiutarli a diventare sempre più autonomi in un **percorso di crescita che li abitui fin da piccoli ad affrontare le situazioni difficili**.

Dopo una prima videolezione introduttiva che analizza le **modalità in cui formano le emozioni nella mente del bambino** e le sue principali risposte a quelle troppo intense, viene esplorata la necessità della consapevolezza delle proprie paure e dell'autonomia nell'**affrontare le situazioni temute attraverso l'autostima e l'ottimismo**, con un **focus sulla relazione tra le emozioni del bambino e quelle del genitore** e sull'esigenza per il bambino di raggiungere l'autonomia.

## PROGRAMMA

- **Videolezione 1 - Le emozioni dei bambini: conoscerle per educarle**  
Attraverso l'analisi delle varianti che rendono le emozioni dei bambini utili o controproducenti, si capirà come esse si formano nella mente del proprio figlio e quali sono le principali risposte alle emozioni troppo intense.
- **Videolezione 2 - Le emozioni dei bambini: gestire ansia e paura**  
Attraverso l'esplorazione della consapevolezza delle proprie paure e del ruolo dell'autostima nel promuovere pensieri più funzionali, si affronterà il tema dell'autonomia nell'affrontare situazioni temute e dell'ottimismo come capacità di porre attenzione agli aspetti positivi.
- **Videolezione 3 - Le emozioni dei bambini: la relazione con l'adulto**  
Attraverso l'analisi dei principali segnali di disagio emotivo nei bambini e nei ragazzi, verranno presentati i principi guida nell'educazione emotiva, importante nel rapporto tra figlio e genitore e nel percorso verso l'autonomia.

## DURATA

La durata del corso è stimata in 2 ore

## OBIETTIVI

- ✓ Conoscere che cosa sono le emozioni e come si formano, con un focus sulla paura
- ✓ Capire come aiutare i bambini a riconoscere la paura e a gestirla nei vari contesti di vita
- ✓ Comprendere l'importanza dell'educazione emotiva nella crescita e nell'apprendimento e come può essere sviluppata per rendere bambini e ragazzi più consapevoli e autonomi nelle situazioni più sfidanti
- ✓ Insegnare ai bambini come fare per stimolare l'autocontrollo per accrescere l'autostima partendo da situazioni di paura



Maggiori dettagli su  
**[www.giuntieducare.it](http://www.giuntieducare.it)**  
oppure scrivi a  
**[formazione.edu@giunti.it](mailto:formazione.edu@giunti.it)**