

A photograph of a young girl with long blonde hair, wearing a white lace top, shouting with her mouth wide open and fists clenched. To her right, a woman with short blonde hair and glasses, wearing a light-colored t-shirt, has her hands pressed against her ears, looking distressed. The background is a blurred living room. The entire image has a yellowish tint.

CORSO ONLINE
**Gestire la rabbia
senza esplodere**

a cura di
• **Daniele Fedeli**

 **GIUNTI EDUCARE**
editoria digitale e formazione

Il corso “Gestire la rabbia senza esplodere” fornisce ai genitori **strumenti per riconoscere, capire e gestire la rabbia e l’aggressività dei propri figli** per aiutarli a praticare l’autocontrollo, la responsabilità e l’empatia in tutti gli scenari della vita quotidiana.

Dopo una prima videolezione introduttiva, che analizza **le modalità in cui si formano le emozioni nella mente del bambino** e le sue principali risposte a quelle troppo intense, vengono affrontate **le principali cause della rabbia** e **le modalità di autocontrollo** della stessa e del rapporto con gli altri attraverso l’empatia, con un focus sulla relazione tra le emozioni dei figli e quelle dei genitori e sulla necessità 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 rabbia e aggressività**
Attraverso l’esplorazione dell’autocontrollo e delle principali cause di rabbia, si affronterà l’importanza della flessibilità nell’interpretazione delle situazioni, della responsabilità rispetto al proprio modo di esprimere la rabbia e dell’empatia nel rapporto con gli altri.
- **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 rabbia
- ✓ Capire come aiutare i bambini a riconoscere la rabbia e a gestirla nei vari contesti di vita
- ✓ Comprendere l'importanza dell'educazione emotiva nella crescita e nell'apprendimento, nonché la sua utilità per accrescere la consapevolezza e l'autonomia dei bambini e dei ragazzi
- ✓ Insegnare ai bambini come usare l'autocontrollo e l'empatia, per trasformare la rabbia in una spinta propulsiva utile a perseguire i propri obiettivi



Maggiori dettagli su
www.giuntieducare.it
oppure scrivi a
formazione.edu@giunti.it