Mali ludzie - wielkie emocje

Lauren Elizabeth Stauble Alyssa Blask Campbell

Mali ludzie - wielkie emocje

Kategorie:
Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Motywacja finanse
Książki > Dla dorosłych > Dla kobiet

59,90 zł

numer katalogowy:	WW/0199
ISBN:	9788382314175
liczba stron:	400
format:	14,1 x 21,8 cm
oprawa:	miękka
rok wydania:	2024

"Mali ludzie - wielkie emocje" to przełomowy poradnik autorstwa Alyssy Blask Campbell i Lauren Elizabeth Stauble, który oferuje nowoczesne strategie wspierania dzieci w regulacji emocji. Książka skupia się na metodzie Wspólnego Przetwarzania Emocji (WPE), dostarczając praktycznych narzędzi dla rodziców i wychowawców dzieci od niemowlęctwa do ósmego roku życia.

Kluczowe zagadnienia poruszane w książce:

- **Radzenie sobie z napadami złości:** Skuteczne techniki pomagające dzieciom w kontrolowaniu gniewu.
- **Przezwyciężanie codziennych trudności:** Praktyczne porady dotyczące sytuacji takich jak odmowa pójścia do szkoły czy problem z zasypianiem.
- **Reakcje na agresywne zachowania:** Jak postępować, gdy dziecko bije lub gryzie.
- **Regulacja układu nerwowego:** Metody wspierające dzieci w osiąganiu spokoju i równowagi emocjonalnej.
- **Zapobieganie kryzysom emocjonalnym:** Strategie przewidywania i unikania trudnych sytuacji.

Autorki podkreślają znaczenie empatii i samoregulacji, kładąc nacisk na budowanie silnej więzi między rodzicem a dzieckiem oraz rozwijanie odporności emocjonalnej. Poradnik zawiera również kwestionariusz z pytaniami do refleksji, wspierający rodziców w świadomym podejściu do wychowania.

Opinie ekspertów:

- Dr Shefali Tsabary, autorka bestsellera "Świadomi rodzice", określa książkę jako "empatyczny przewodnik pomagający przekształcić frustrujące dla rodzica chwile w szanse na nawiązanie więzi i rozwój".
- Justin Baldoni, aktor i autor bestsellera "Jak stać się szczęśliwym mężczyzną", uważa, że to "lektura obowiązkowa dla rodziców pragnących zapewnić dzieciom narzędzia do radzenia sobie z wrażliwością i wzmacniania empatii".

O autorkach:

Alyssa Blask Campbell to ekspertka w dziedzinie rozwoju emocjonalnego z tytułem magistra wczesnej edukacji. Jest założycielką i CEO platformy Seed & Sew, oferującej konsultacje i kursy z zakresu

inteligencji emocjonalnej oraz tworzącej nowoczesną społeczność rodzicielską. Campbell współtworzyła metodę Collaborative Emotion Processing (CEP) i prowadzi popularny podcast "Voices of Your Village", słuchany w ponad 100 krajach. Jej prace były prezentowane w takich publikacjach jak "The Washington Post", "Kids VT" i "Family Education". Mieszka w Burlington w stanie Vermont.

Lauren Elizabeth Stauble jest partnerką w organizacji Engage: feel.think.connect. oraz wykładowczynią w dziedzinie wczesnej edukacji. Przez 16 lat pracowała jako nauczycielka i opiekunka małych dzieci, a następnie objęła stanowiska administracyjne i akademickie. Obecnie jest członkinią wydziału w Bunker Hill Community College. Mieszka w Holyoke w stanie Massachusetts.

"Mali ludzie - wielkie emocje" to nieocenione źródło wiedzy dla każdego rodzica i wychowawcy pragnącego wspierać rozwój emocjonalny dzieci, budując z nimi trwałe i pełne zrozumienia relacje.