

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 niemowlęstwa 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 osiągnięciu 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 szansę 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.