

## Intelligenza Emotiva Per Un Figlio Una Guida Per I Genitori Bur Parenting

1108.9

Intelligenza emotiva per un figlio. Una guida per i genitori Intelligenza emotiva per un figlio Bur

Quante volte hai pensato “Se solo avessi reagito diversamente”? Per la maggior parte delle persone è difficile controllare emozioni come impulsività, irritazione o rabbia, salvo poi pentirsi amaramente di quello che hanno detto o fatto. Sviluppare l'intelligenza emotiva ti metterà al riparo da queste situazioni spiacevoli e imbarazzanti perché ti aiuterà a riconoscere, comprendere e gestire le tue emozioni e quelle degli altri, migliorando notevolmente la qualità della tua vita interiore. Il libro di Christine Wilding, psicoterapeuta e autrice di molti libri di crescita personale, è la lettura ideale per iniziare a sviluppare la tua intelligenza emotiva.

Il volume offre pagine di approfondimento per gli sposi e quanti si occupano di famiglia. Propone, nella prima parte, alcune riflessioni per la cura pastorale della coppia e della famiglia affrontando tematiche che vanno dalla lectio divina nella vita...

La crisi della famiglia naturale sta diffondendo in tutta la società malesseri sempre più gravi, esplosioni di violenza e danni irreparabili nell'educazione dei più giovani. Per non arrendersi a questa tragedia sociale e culturale, l'autore ha sviluppato con i suoi studi la Conciliazione Familiare, un metodo per affrontare le emergenze di coppia con un approccio professionale diverso da quello consueto. L'obiettivo? Valutare caso per caso che cosa ogni marito e ogni moglie possano ancora fare singolarmente e insieme per salvare il matrimonio. Il presente saggio non è, pertanto, pensato solamente per gli addetti ai lavori, ma per tutti coloro che vogliono ripensare alle proprie difficoltà familiari da un'angolazione diversa da quella oggi tradizionalmente proposta, che lascia aperta la possibilità al recupero del rapporto.

Come usare le emozioni per migliorare se stessi e comprendere gli altri Quando si parla di “intelligenza” molti tendono a supporre si tratti di qualcosa legato a ciò che conosciamo come Quoziente Intellettivo e a come riusciamo a esprimere questa “dote naturale” ma la realtà è un po' più complessa di così. Quando si tratta di vita affettiva o amorosa, di gestione familiare o di rapporti di lavoro e interpersonali, esiste un elemento fondamentale da cui non è possibile prescindere per valutare le capacità, le competenze e le abilità complessive di un individuo. Questo elemento è caratterizzato da un insieme di attitudini che ci consentono di riconoscere le nostre emozioni e quelle degli altri, di motivare noi stessi e di gestire gli stati emotivi in maniera positiva e costruttiva, in ogni ambito. In questo ebook vedremo come l'Intelligenza Emotiva, fatta di competenze sia personali sia sociali, possa essere sviluppata e usata nella vita quotidiana, in particolare nelle relazioni e nell'ambito lavorativo.

98.1.6

PERCHÉ DEVI LEGGERE QUESTO LIBRO? Perché, a differenza di altri manuali di self-help, si basa sulle ultime scoperte neuro-scientifiche relative alla INTELLIGENZA EMOTIVA, ovvero la gestione di quella componente emozionale implicata in ogni aspetto della nostra esistenza (i rapporti con gli altri, lo studio, il lavoro ecc.). Questo non è un libro che ti insegna che “se vuoi, tutto è possibile”, ma si fonda sull'assunto, ormai certificato dalle scoperte degli ultimi decenni, che il cervello è plastico, bensì non una macchina statica come si riteneva. Ciò vuol dire che, pur essendo nati in un determinato contesto e dotati di un certo corredo genetico, il nostro cervello è in continua evoluzione: le sinapsi, l'attività elettrica e perfino la densità neuronale possono variare in base alle esperienze di vita. Ciò significa che possiamo modificare il nostro modo di sentire e di rapportarci al mondo: non attraverso trasmutazioni improvvise come un supereroe della Marvel, bensì con un graduale cambiamento entro la nostra bolla. Ma farsi apprezzare e “saperci fare”, non sono conquiste on/off, un passaggio repentino dal nostro essere normale a quello del “più figo” di tutti, magari con la frase magica che smuova qualcosa rimasto inceppato nella mente. Come ogni conquista sono il frutto di un lavoro costante, un po' come arrampicarsi su una scala gradino per gradino (non senza qualche ruzzolone). Per automatizzare un comportamento occorre una buona dose di pazienza e autocritica. Cosa significa “SAPERCI FARE”? Non per forza diventare popolari come un novello Fonzie, bensì saper trattare con gli altri, farsi apprezzare, esprimersi liberamente, essere ben accetti come colleghi, amici, partner o semplicemente persone con le quali si intrattengono relazioni occasionali (nei negozi, a scuola, per strada ecc.) Questo tipo di attrazione, di “seduzione” (intesa in senso generale) è importante perché stimola la cooperazione, l'instaurazione di legami profondi, la comprensione reciproca. COSA IMPARERAI IN QUESTO LIBRO: . Come piacersi per piacere agli altri . Cos'è davvero l'autostima? . Qual è il tuo grado di autostima? . Come acquisire una “Autostima Equilibrata” . I segreti dell'empatia umana . Come essere empatici . I segreti della “Seduzione Interpersonale” . I segreti delle persone più empatiche del mondo . I segreti della Comunicazione Empatica . Come usare il linguaggio del corpo “aperto” . Come dire la frase giusta al momento giusto . L'arte di essere spontanei . L'arte di essere se stessi . Come superare se stessi . Come superare i propri complessi . Come scegliere i modelli giusti da emulare . Come trasformarsi da negativi a positivi . Come diventare il modello di te stesso e molto altro ancora!

Che cosa conta di più per avere successo: il quoziente intellettivo o il quoziente emotivo? Il QI è importante, ma le competenze che si basano sull'intelligenza emotiva - la capacità di gestire noi stessi e le nostre relazioni - sono quelle che distinguono i leader migliori. In questa agile guida Daniel Goleman raccoglie i concetti chiave dei suoi studi per ottenere una performance superiore in tutti gli ambiti complessi, dalla medicina al management, dalla giurisprudenza alla finanza.

L'ambiente di lavoro è l'ambito con cui si manifesta con maggiore evidenza l'importanza di un'intelligenza che non sia solo una logica fredda e astratta, ma una combinazione armonica di diverse capacità. È essenziale, per emergere, sapere stabilire rapporti costruttivi, affidarsi all'intuito, cogliere le correnti emotive che si stabiliscono tra le persone potenziando quelle positive e deviando quelle distruttive. Qualità indispensabili come l'ottimismo, l'adattabilità e lo spirito di iniziativa si possono apprendere e mettere in pratica. Daniel Goleman ci mostra con moltissimi esempi tratti dalla vita di tutti i giorni e dalle vicende di personaggi noti (Bill Gates), come stabilire e valorizzare le relazioni interpersonali.

Genitori, insegnanti, educatori e psicologi possono trarre da questo percorso in quattro passaggi dalla rabbia, ai sentimenti, ai bisogni e alla richiesta gentile, una concezione innovativa e paritaria dei rapporti interpersonali e educativi utile da applicare nel quotidiano per migliorare le relazioni. Questo libro aiuta a cambiare le idee inerenti l'utilizzo di comportamenti aggressivi, che possono essere sostituiti da modalità efficaci di espressione dei propri bisogni e vissuti emotivi, comunicati con assertività, empatia e gentilezza. Quando siamo stanchi o stressati ci arrabbiamo pensando di ottenere più velocemente ciò che ci serve, invece la rabbia complica le relazioni: a volte ferisce l'identità di chi la subisce e lascia insoddisfatto di sé chi si è comportato con prepotenza. Riconoscere che forme di maltrattamento

psicologico come deridere, criticare, offendere, punire, ricattare sono modalità prevaricanti che vanno sostituite con modi rispettosi: ascoltare, lodare, incoraggiare, riconoscere, comunicare con empatia, dare fiducia. Migliorare i rapporti in famiglia, a scuola, nei contesti sportivi e sociali è possibile. Alla violenza c'è sempre un'alternativa.

Questo libro sulla rilevanza del feedback nella comunicazione aziendale si rivolge a tutti coloro che aspirano a scoprire e valorizzare il proprio talento, migliorare sé stessi e l'organizzazione di lavoro in cui sono inseriti. Infatti, in queste pagine incisive, con uno stile immediato e chiaro, gli autori forniscono molteplici spunti, strumenti, indicazioni e consigli (molto pragmatici e pronti per l'uso) al fine di attivare un prezioso processo di crescita umana e professionale tanto del singolo quanto dell'intera comunità di appartenenza. E questo a partire da domande molto semplici. Che cos'è un feedback? A cosa serve? Quando e come darlo, ma anche quando richiederlo? Un testo che si rivela molto utile per acquisire i segreti di una comunicazione aziendale efficace e tesa a riconoscere e valorizzare le competenze di ciascun lavoratore per favorire la costruzione di un team affiatato e di un buon clima di lavoro. Una comunicazione specifica volta a liberare potenzialità e ad accrescere la soddisfazione professionale. In tal modo si può immaginare di rivoluzionare una squadra, migliorarne le prestazioni e lanciarsi verso nuove sfide, anche quelle che prima si ritenevano impossibili. Bruno Galli è COO (Chief Executive Officer) di blackship, Venditore, Master Trainer e Executive Coach. Affianca come Executive Coach di blackship centinaia di Executive e Top Manager, Imprenditori e venditori, ogni anno, supportandoli nella definizione e nel raggiungimento dei loro obiettivi strategici. Da sempre appassionato dello sviluppo del capitale umano, aiuta le organizzazioni a creare una cultura della condivisione e del feedback, lavorando sempre meglio insieme per conseguire traguardi sempre più sfidanti. Davide Zamuner è COO (Chief Executive Officer) di blackship, Responsabile di una divisione di business, Master Trainer e Coach. Ogni anno, con blackship, affianca uno svariato numero di persone delle aziende per aiutarle ad aumentare la loro capacità di lavorare insieme, supportandoli nell'apprendimento, nella personalizzazione e nell'applicazione di strumenti e metodologia che gli consentano di aumentare la propria efficacia verso i loro colleghi e le persone in genere.

La scoperta dell'intelligenza emotiva sta mutando profondamente il nostro approccio ai problemi che dobbiamo affrontare ogni giorno. In questo saggio John Gottman offre a TUTTI i genitori uno strumento che li mette in grado di educare i figli seguendo questa nuova filosofia.

Essere un genitore perfetto sembra sia una meta impossibile. Ma con un po' di buona volontà, un bimbo di cinque anni che gioca a minirugby e uno splendido compagno di viaggio che ti fornisce con il più totale spirito rugbistico l'indispensabile sostegno, puoi provare con tutto te stesso a conquistare quella meta, centimetro dopo centimetro. Stefano Verza ha avvicinato suo figlio di cinque anni al "rebbi" (come lo pronuncia il bambino) ritenendo che sarebbe stato utile per favorirne la crescita complessiva. Mai si sarebbe immaginato che sarebbe stato più utile a lui. In un intenso primo anno di sport, il genitore non solo si scontra con le tipiche ansie, i dubbi e i travagli psicologico/emotivi del proprio ruolo ma anche con il timore di essere diventato un genitore ultrà che impone al figlio di diventare quello che lui vorrebbe che fosse: nello sport come nella vita.

239.156

Carmela Lo Presti - "NEL PAESE DELL'ARCOBALENO – NIDI Manuale per lo sviluppo dell'intelligenza emotiva e della comunicazione attraverso la globalità dei linguaggi e la P N L per Educatori e Genitori Il Manuale (pagg. 328 su carta patinata lucida di cui 50 a colori) offre un ampio spazio agli aspetti teorici ed è ricco di citazioni e rimandi a testi fondamentali. Nel Manuale vengono descritti 48 giochi specifici per i bambini dai 18 mesi ai 3 anni, indicati sia gli obiettivi generali che quelli specifici, illustrati tutti i passi anche con foto e sono disponibili tutti gli strumenti educativi per l'alfabetizzazione emotiva. Il Manuale propone esperienze educative di simbolizzazione come il gioco, la narrazione, la costruzione di storie fantastiche, il disegno che consentono al bambino di proiettare le proprie emozioni e di rielaborarle in forma positiva e ne documenta molte, utilizzando l'approccio della globalità dei linguaggi e la prospettiva della Programmazione Neuro Linguistica. Ogni percorso didattico proposto è ampiamente documentato così da farne cogliere il senso all'interno di una progettazione che mette al centro il bambino e i suoi bisogni. Il Volume è anche la documentazione di diciassette anni di attività appassionata per e nei Nidi.

641.3

Quanta poesia c'è in un caffè? Beviamo caffè per piacere, caffè a colazione per iniziare la giornata, caffè perché sta bene dopo un pranzo soli o fra amici, caffè con un collega per parlare meglio di quell'argomento spigoloso, caffè per necessità di rimanere svegli un altro po', caffè per celebrare un traguardo, caffè per tirarci su quando altri pensieri ci tirano verso il basso, caffè per riflettere su una pagina bianca, caffè per ascoltare, caffè per incontrare un amore, caffè per ritrovare noi stessi. Pensiamo alla poesia come fosse caffè: un breve, piccolo, atto da leggere e condividere per trovare quello che ci serve a cambiare, per aiutarci ad accettare, per vedere sotto un'altra luce ciò che ci sembra solo buio. Il mondo è un posto pieno di persone, opportunità, realtà, che a volte ci fanno sentire in cima alla ruota panoramica, mentre altre ci fanno affogare, pur rimanendo sempre noi. Nessuno ci prepara a questo. La poesia, in questo gioco di attitudini, può rivelarsi una chiave utile a ispirare, respirare, rispondere con consapevolezza al presente e futuro.

During the first six years of life the child's brain has a potential that will never have again. This does not mean that we should try to turn children into little geniuses, because besides being impossible, a brain developed under pressure is likely to miss a great part of its essence. This book is a practical manual that summarizes the knowledge that neuroscience provides to parents and educators, so that they can help children to achieve full intellectual and emotional development.

This vital guide takes a new approach to conduct and oppositional defiant disorders (CD and ODD), presenting the science in an accessible way to empower both parents and practitioners. Vanzin and Mauri cover a range of key topics, including distinguishing between typical and atypical behavioral development, how to choose the best course of treatment for a child and how parental behavior can help or hinder progress, providing a comprehensive overview of these two disorders. In six clearly labeled chapters, the authors explain the science behind popular treatments, providing practical advice and clear, step-by-step instructions on how to approach challenging behavior. Written in concise and straightforward language, each chapter concludes with "important points" summarizing key information, designed to help those living or working with children suffering from behavioral disorders to both understand the nature of the disorders and achieve the best outcome for the child. The final chapter of the book presents an in-depth case study of a child with behavioral disorders, thoroughly detailing symptoms, treatment and outcome, providing a demonstration of best practice and affirming that challenging behavior can be effectively managed. Illustrated with clinical vignettes of the experiences of children living with CD and ODD, Understanding Conduct Disorder and Oppositional-Defiant Disorder is essential reading for parents and caregivers, as well as practitioners in clinical and educational psychology, counseling, mental health, nursing, child welfare, public healthcare and those in education.

Un libro sull'educazione dei figli con tre obiettivi fondamentali: aumentare il senso di autostima dei figli, educarli al rispetto delle regole e dei doveri, aiutarli a controllare e utilizzare le emozioni.

Ogni persona può comprendere, sviluppare e gestire la propria intelligenza emotiva per:

- costruire relazioni più significative;
- sfuggire da errori nella comunicazione e nella comprensione dell'altro;
-

umentare la fiducia e l'ottimismo. Il vantaggio dell'intelligenza emotiva è una guida pratica, completa e fondata sulla ricerca. Migliora l'intelligenza emotiva, grazie alla scoperta di 15 elementi cruciali (tra cui considerazione di sé, flessibilità, empatia e controllo degli impulsi). Risolvi i problemi di comunicazione grazie a nuove tecniche che ti porteranno verso relazioni personali e professionali più appaganti. Gli autori Steven J. Stein, Ph.d., psicologo clinico di fama mondiale, è stato assistente professore nel dipartimento di psichiatria dell'Università di Toronto e professore a contratto presso l'Università di York. Howard E. Book, M.D., consulente organizzativo e psichiatra, è professore associato presso i dipartimenti di psichiatria e amministrazione sanitaria dell'Università di Toronto.

Diventa il genitore che vuoi essere per loro e con loro nella prima parte del libro e poi impara dritte di guida emotiva e intelligenza linguistica nella seconda parte. Questo libro presenta le migliori e più efficaci tecniche educative dei nostri tempi raccolte e testate dall'autrice. Debora Conti è coach e trainer di PNL, laureata in psicologia e operatrice certificata per lo Yale Parenting Method e la Positive Discipline. Questo libro è un salvavita per "quei" momenti difficili e un prontuario indispensabile per tutte le mamme e tutti i papà. Nel libro si parla di autostima, motivazione, indipendenza, emozioni e le giuste parole pronunciate nel modo giusto, nell'ordine giusto e nel momento giusto. Lo sapevi che tu puoi influenzare anche senza parlare? Il libro è completato da preziosi interventi di psicologhe intervistate e da vignette divertenti che aiutano ad apprendere i concetti chiave.

In quest'epoca nella quale il disagio esistenziale pare spesso essere dilagante già tra i giovani e giovanissimi, urgono strumenti di alfabetizzazione emotiva che aiutino a fronteggiare con positività e con il cuore "allenato" ciò che si prova. In questo manuale, che si rivolge ai bambini dai 2 ai 99 anni nonché a genitori e educatori, all'analisi interessante e approfondita delle emozioni si affianca "Favoleggiando", un percorso pratico ideato dall'autrice che permette di scoprire le emozioni "leggendo, giocando e creando". Il manuale contiene le carte delle emozioni e altro materiale che potrà essere utilizzato per svolgere gli esercizi consigliati.

Utilizzare al meglio le differenze cognitive, linguistiche, emotive e di atteggiamenti che emergono in una classe nei processi di apprendimento-insegnamento è la grande sfida per ogni insegnante sensibile e attento. Chiunque, però, voglia confrontarsi con questo tema viene travolto dalla mole di risultati prodotti dalla ricerca pedagogica e psicologica degli ultimi vent'anni, impulsi e orientamenti teorici difficili da inquadrare in una prospettiva coerente e fruibile sul piano didattico. In questo libro, ideale prosecuzione del grande successo *Formare una testa ben fatta* (2003), l'autore presenta in modo chiaro e approfondito le varie dimensioni della diversità: i temperamenti, le intelligenze multiple, gli stili di apprendimento, la creatività, il mondo emotivo, gli stili comunicativi. Il risultato è un percorso formativo prezioso per una pratica didattica e una professionalità docente più consapevoli e soddisfacenti, impegnate nel riconoscimento e nella valorizzazione delle differenze.

Parole quali invenzione e innovazione spesso ricorrono in documenti ufficiali e in trattati scientifici. Il loro significato, consunto dall'uso, perde lo spazio semantico originario che sembra destinato a correre verso la polisemia. Rintracciare il senso e l'essenziale connessione tra questi due costrutti significa addentrarsi in territori nuovi, riscoprendo e accertando oltre al valore della ricerca, la sua "capacità" di sollecitare e di produrre ulteriore ricerca. Questo lavoro a più mani, intende richiamare l'attenzione verso percorsi di ricerca inconsueti, che pur nel rigore del metodo scientifico e investigativo, non seguono la moda, il costume, l'orientamento prevalente. Il tema di fondo è la ricerca educativa, che viene orientata e praticata in alcuni suoi aspetti meno presenti nelle attenzioni degli studiosi, mantenendo l'indagine nella prospettiva dell'invenzione e con la premura dell'innovazione e del cambiamento.

"Nascita prematura quando il bambino nasce troppo presto" di Antonella Scopelliti, psicologa e psicoterapeuta clinica e di comunità ad orientamento umanistico integrato, nasce dall'esperienza personale dell'autrice, madre di un bambino nato prematuro. Sono tante le complicità che la prematurità comporta, sia anatomico-funzionali che psicologiche e cognitive. Muovendosi tra vissuto personale e formazione scientifica, il libro quindi tiene d'occhio l'obiettivo di essere contemporaneamente la storia di un vissuto, storia che si legge di un fiato ed una guida per i genitori che vivono la stessa esperienza.

[Copyright: 57c01e75096325efa85065c40f39aed8](https://www.pdfdrive.com/intelligenza-emotiva-per-un-figlio-una-guida-per-i-genitori-bur-parenting-pdf.html)