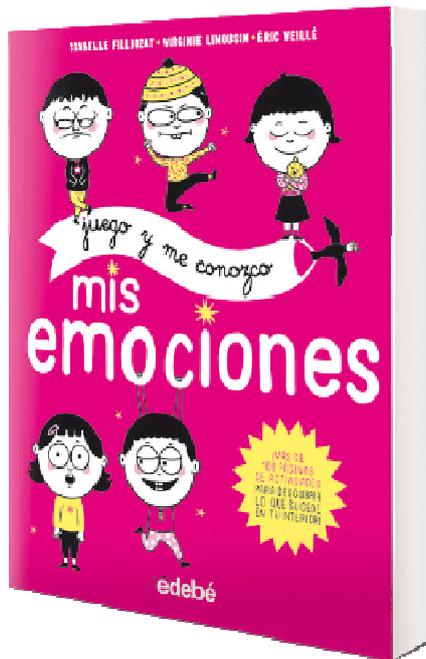


Juego y me conozco. Mis emociones

Isabelle Filliozat y Virginie Limousin
Érc Veillé (Ilustrador)



Nº de páginas: 112
Tamaño: 22 cm x 28cm
Precio: 14,90€

Como convertirse en un “maestro de las emociones”

El rol de las emociones en el crecimiento personal de los pequeños es un aspecto muy a tener en cuenta. Saber controlar alegrías, tristezas, enfados, miedos y conocer el estado anímico a estas edades es básico para su bienestar.

Sí en la escuela ya es habitual y facilita un buen clima en el aula, en familia hablar de las emociones es también una excelente propuesta para mejorar la convivencia en casa.

A través de divertidas actividades (dibujar, colorear, adhesivos, etc.) el libro *Mis emociones* es un excelente guía para padres y tutores para abordar una cuestión, no siempre fácil.

Isabelle Filliozat, la autora del manual, es una de las psicoterapeutas más reconocidas, y propone más de 100 actividades que invitan al pequeño al autoconocimiento y lo retan a convertirse en un “maestro de las emociones”. Todas las actividades ayudan al niño/a a canalizar su energía y a desarrollar su inteligencia emocional.

La guía que incluye al final dirigida a los padres es recortable para facilitar el trabajo en múltiples espacios y momentos. Expone la importancia de acompañar a los niños en el proceso de autodescubrimiento y autoconsciencia de las emociones. Ofrece además instrucciones para trabajar cada actividad que propone el libro.

¡ Cuenta con muchos años de experiencia trabajando con padres y niños para ayudarles a trabajar su autoconsciencia y su bienestar emocional.



Autora

Isabelle Filliozat es psicóloga clínica, certificada en Análisis

Transaccional y Programación Neurolingüística. Después de más de 25 años de práctica clínica y de formar a formadores, actualmente se dedica a la difusión de sus conocimientos al gran público.



Virginie Limousin se ha formado con Isabelle Filliozat y su equipo. Ejerce de psicoterapeuta especializada en niños y familias en Francia. Su método se basa en la llamada empatía integrativa y en la utilización de técnicas de PNL, de psicología Gestalt y de análisis transaccional.