

Attacchi di panico



Titolo: Attacchi di panico

Autore: Cristiana Zenoni

EAN: 978-88-503-3101-7

Pagine: 144

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm -
80gr - BN

Data uscita: Feb 2012

Gli autori

Cristiana Zenoni vive sulle sponde del lago d'Orta, in Piemonte. Nel 2008 ha conseguito il diploma di Floriterapeuta presso l'Unione di floriterapia di Milano e da gennaio 2009 svolge questa professione a tempo pieno. Fondatrice e curatrice del sito www.terapiafloreale.it e del blog <http://terapiafloreale.blogspot.com>, è impegnata costantemente nella divulgazione del pensiero di Edward [...]

Descrizione

L'attacco di panico è un malessere contro il quale sempre più persone si trovano a dover far fronte, e la cura con le essenze floreali risulta una delle poche e più efficaci terapie in grado di aiutare a guarire e prevenire i disagi psico-fisici che esso procura senza ricorrere a farmaci di sintesi.

Partendo dalla sua personale esperienza, l'autrice fornisce in questo libro, il primo che tratta la cura degli attacchi di panico in chiave floriterapica, una guida per tutti coloro che combattono questo disagio e non vogliono diventare schiavi degli ansiolitici per uscirne.

Dopo aver introdotto cosa è l'attacco di panico, quali sono i sintomi con cui questo disagio psichico inizia a manifestarsi, l'autrice spiega come agiscono i rimedi floreali sulla nostra psiche e quali sono i buoni motivi per preferirli agli psicofarmaci. Il nucleo del libro tratta le diverse tematiche legate all'attacco di panico abbinandole ai fiori di Bach, ai fiori californiani e ai fiori australiani, validi supporti nel percorso personale di ognuno verso la guarigione e il benessere psico-fisico.

Il libro, vuole essere un supporto, particolarmente divulgativo e facile da consultare, per chiunque soffre di questo disturbo e anche per tutti i terapeuti (psicologi, medici, farmacisti, naturopati ed erboristi) che vogliono avvalersi della floriterapia per curare i propri pazienti.

Contenuti

"Non volevo diventare schiava di me stessa, così, nonostante le difficoltà, non ho mai voluto fermarmi. [...] La mia sensibilità cresceva parallelamente all'ansia; l'insicurezza mi portò a sfidarmi quotidianamente, a dimostrare a me stessa che ce l'avrei fatta nonostante tutto. Capii che all'attacco di panico non bisogna porre resistenza, ma prima lo si accoglie e lo si accetta, prima la crisi finisce."

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

In famiglia comando io!



Titolo: In famiglia comando io!

Autore: Didier Pleux

EAN: 978-88-503-3081-2

Pagine: 192

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm - 80gr - BN

Data uscita: Gen 2012

Gli autori

Didier Pleux è psicologo clinico, direttore dell'Istituto Francese di Terapia Cognitiva. È anche autore di numerose altre pubblicazioni relative alla psicologia dell'infanzia, tra cui *Un enfant heureux* (2010), *"Peut mieux faire"* - *Remotiver son enfant à l'école* (2008), edite da Odile Jacob.

Descrizione

Cosa fare di fronte a un piccolo di tre anni che si rifiuta di obbedire? Come comportarsi con un bambino che risponde in malo modo agli insegnanti e si rifiuta, sistematicamente, di riordinare la camera? E con l'adolescente che non rivolge più la parola ai genitori? È il caso di imporre l'autorità? Come crescere un bambino in modo che riesca a esprimere le proprie potenzialità rispettando, nel contempo, gli altri?

Ogni famiglia, o quasi, annovera almeno un caso di bambino viziato e caparcioso, un vero piccolo principe, che si sente tale e che, almeno agli inizi, gli adulti trattano amorevolmente come tale, prima che il principino mostri di volersi trasformare in un vero despota.

In questo libro, guidati dallo psicologo cognitivo francese Didier Pleux, scopriamo le tappe di questa escalation, i segni che la annunciano e che possiamo individuare fin dalla più tenera età, per esempio nelle pretese sul cibo o sul riposo, e che proseguono nel periodo scolastico, con le richieste di abiti firmati e denaro, cattive abitudini televisive e continui ricatti. Osserviamo l'acutizzarsi e il concretizzarsi di questa tirannia al suo apogeo, durante l'adolescenza, quando aumentano le possibilità di mettere in atto minacce e pretese con l'affinamento di nuove "armi", più subdole e sofisticate. Impariamo così a riconoscere i ricatti morali e a fronteggiare le strategie della piccola "guerra" che il figlio tiranno combatte (e spesso vince) con i genitori e i familiari, fino a soggiogarli completamente.

Per aiutarlo a riconnettersi con la "realtà" - Pleux ammonisce - non sottraiamolo alle frustrazioni ed educiamolo al fatto che anch'esse fanno parte della vita. Impariamo, come genitori, a reimpadronirci del nostro ruolo di educatori, anche con i conflitti che ciò comporta, non tanto imponendo la nostra autorità, ma offrendo ai nostri figli la risorsa della nostra autorevolezza.

Contenuti

"Il desiderio giustificato di un maggior rispetto per il bambino non è stato, forse, mal interpretato? [...] Saper tornare educatori, e dunque conflittuali, è una strada per ritrovare l'autorità educativa necessaria per le generazioni di oggi. È anche un modo per rendere meno fragili i nostri bambini, così alimentati dal principio del piacere, in modo che possano affrontare meglio la realtà. È soprattutto l'unico modo per evitare la repressione, così spesso figlia dell'impotenza..."

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

Bimbi in forma senza diete



Titolo: Bimbi in forma senza diete

Autore: Paola Di Pietro

EAN: 978-88-503-3077-5

Pagine: 176

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm - 80gr - BN

Data uscita: Mar 2012

Gli autori

Paola Di Pietro, madre di due figlie, si è interessata sin dall'adolescenza all'alimentazione e all'erboristeria, insieme alla pedagogia e a un approccio olistico alla salute e alla vita. Ha coltivato queste sue passioni negli studi, con corsi di psicomotricità, fitoterapia, omeopatia, floriterapia, e con una tesi di laurea in ayurveda. Le ha poi applicate nel lavoro prima come specialista in attività motoria nelle scuole materne, poi [...]

Descrizione

Oms, Comunità europea, Ministero della Salute: tutti hanno messo a punto programmi e campagne, indagini epidemiologiche e politiche sanitarie per combattere l'emergenza del sovrappeso infantile. A livello istituzionale il materiale abbonda, ma spesso i genitori rimangono disorientati di fronte alla diagnosi di obesità o all'invito del pediatra a mettere a dieta il proprio figlio in sovrappeso.

Da un lato, la tradizione popolare vuole bambini paffuti perché vede in questa floridità corporea un sintomo di salute e di bellezza, salvo poi scegliere come simboli estetici per adolescenti e adulti corpi magri fino all'eccesso. Dall'altro lato, nel cibo si celano numerosi significati affettivi: il rifiuto di un alimento da parte del figlio è vissuto dalla madre come un rifiuto di lei stessa, il cibo è soddisfazione e viene utilizzato quindi come premio o punizione, mentre in altri casi è condivisione e diventa il tramite delle relazioni, e via di questo passo.

Per questo, se anche si volesse fermarsi soltanto all'alimentazione, non basterebbe offrire ai genitori di bambini sovrappeso o francamente obesi una dieta corretta per i propri figli. Entrano in gioco moltissimi fattori, tra cui la pedagogia e la psicologia. In più, le ricerche effettuate mostrano come questo problema sia legato allo stile di vita nel suo complesso: in particolare attività motoria, tempo libero, vita di relazione.

In questo libro si vuole quindi affrontare l'eccesso di peso nell'infanzia prima analizzando le dimensioni del fenomeno e le sue conseguenze, poi offrendo suggerimenti multifattoriali, che riguardano cioè tutte le componenti e le cause del problema. Per la dieta vera e propria occorre rivolgersi allo specialista: qui si daranno piuttosto consigli generali sia alimentari sia comportamentali. Consigli che si rivelano utili a tutti, qualunque sia l'età e il peso, dato che non ci sono menu differenziali o abitudini specifiche per chi è in sovrappeso: è ritrovando equilibrio e armonia a tavola come nella vita che si può evitare o ridurre il problema.

In breve

- Le cause del sovrappeso
- Da prima della nascita ai due anni di vita
- Dopo i due anni
- Alimentazione: un decalogo salutare
- Le corrette associazioni alimentari
- Qu [...]

Contenuti

Menu equilibrati, giochi all'aperto, emozioni in armonia e stile educativo: il sovrappeso dei bambini è un'emergenza che non si misura solo con la bilancia e non si combatte solo a tavola.

Motivazioni alla vendita

Yoga-terapia



Titolo: Yoga-terapia

Autore: Lionel Coudron

EAN: 978-88-503-3075-1

Pagine: 320

Prezzo: n.d.

Formato: 16,8 X 24 cm -
80gr - BN

Data uscita: Mar 2012

Gli autori

Lionel Coudron, medico, nutrizionista, diplomato in agopuntura, biologia, medicina sportiva, insegna yoga da trent'anni. Dopo essere stato presidente della scuola di professori della Federazione francese di Hatha Yoga e aver creato l'Association Médecine et Yoga, è oggi il direttore dell'Istitut de YogaThérapie. Consacra la sua vita alla diffusione e all'insegnamento dello yoga nelle sue applicazioni mediche.

Descrizione

Lo yoga è molto più di una semplice ginnastica, e non è solo una filosofia: è un'arte di vivere, un insieme coerente di tecniche che permette di guarire da numerose affezioni sia fisiche, sia psicologiche. In questo senso lo yoga diventa una pratica di cura che senza somministrare una sostanza mancante all'organismo, gli permette semplicemente di funzionare normalmente, così come è stato progettato, di liberare il potenziale che è naturalmente in noi e che non domanda altro che di esprimersi non appena ce ne è data la possibilità. La yoga-terapia parte infatti dall'idea essenziale che il corpo è capace di autoregolarsi e che molte malattie sono legate alla perdita del suo equilibrio iniziale.

Questo libro non si accontenta di illustrare le posture dello yoga e le loro caratteristiche, ma integrando la sapienza yogica con le conoscenze scientifiche e mediche attuali, approfondisce le applicazioni della yoga-terapia, vista non come un sostituto delle terapie proposte dalla moderna medicina ma come un insieme di strumenti efficaci e complementari, utilizzabili congiuntamente ai trattamenti medici.

Attraverso pratiche che integrano posture, respirazione, rilassamenti, meditazioni, alimentazione, Coudron risponde così in modo concreto a numerosi interrogativi riguardanti il nostro benessere e offre suggerimenti importanti per recuperare la nostra salute:

- Come lottare in modo efficace contro il mal di schiena o i problemi digestivi?
- Quali esercizi eseguire in caso di problemi osteo-articolari, respiratori o neurologici?
- Come la respirazione influisce sulle emozioni?
- Qual è il ruolo fondamentale dell'alimentazione nel mantenimento della salute?
- Quali sono i benefici della meditazione? Come praticarla in modo corretto?

Contenuti

Appoggiandosi agli studi scientifici più recenti, l'Autore dà in questo libro le chiavi di volta per poter essere, in ogni età e grazie allo yoga, gli artefici della propria salute e per poterla recuperare una volta perduta.

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

L'intuizione della realtà



Titolo: L'intuizione della realtà

Autore: Osho

EAN: 978-88-503-3074-4

Pagine: 240

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm - 80gr - BN

Data uscita: Mar 2012

Gli autori

Osho (1931-1990) è una fonte di ispirazione per milioni di persone nel mondo alla ricerca di un nuovo equilibrio esistenziale in risonanza con le inquietudini e le sfide della vita moderna. La sua proposta per uno stile di vita consapevole integra le perenni e immortali intuizioni della spiritualità orientale con le moderne comprensioni della psicologia e della scienza.

Descrizione

La via del Buddha, un sentiero che porta a una pace interiore tangibile e indubitabile, è proposta da Osho in un linguaggio moderno, accessibile alla mente e allo stile di vita dell'uomo occidentale.

Le parole del Buddha tornano a brillare in queste pagine come una "pedagogia" realistica che apre alla vita in modo nuovo e del tutto differente rispetto alle tragiche leggi della sopravvivenza. E la voce di Osho dà loro concretezza, liberandole dalla polvere del tempo e riportandole allo spirito che le accompagnava, quando furono dette.

Osho è oggi una voce e un invito la cui attualità è sempre più indubitabile, vista l'inesorabilità dell'abisso che ci attende se non riusciremo a darci una regolata sia come collettività ma soprattutto in quanto individui.

Sono tante le ipnosi da cui occorre liberarsi se non si vuole arrivare a un punto di non ritorno, ma non è possibile aspettarsi interventi seri e reali da parte di un sistema che si fonda sulla più assoluta assenza di lungimiranza e dunque di prospettive che non siano le logiche del mercato e del profitto. È dunque come individui che occorre muoversi per cercare una via d'uscita che trasformi la ruota della vita, testardamente legata a un solco, in una spirale in grado di condurre al di là dell'angoscia e delle sofferenze in cui di solito si trascina la nostra esistenza.

Un'opera che si caratterizza dunque come un processo di comprensione che parte sì dal dolore (è questa la prima "nobile verità": tutte le forme d'esistenza sono inevitabilmente soggette al dolore) ma che offre una via alla sua cessazione e, cosa davvero mirabile e troppo spesso ignorata nel buddhismo canonico, permette di vivere nella gioia.

Contenuti

"L'uomo pensa di vivere ma, senza consapevolezza, non ha alcuna possibilità di vivere.

Noi siamo nati - questo è vero - ma non siamo ancora vivi... e questo è ancora più vero! Noi tutti dobbiamo rinascere.

Proprio come il neonato che un giorno esce dall'utero materno, questa è la nascita fisica... l'utero materno fa parte del corpo fisico; allo stesso modo, un giorno dovrai uscire dall'utero della tua psicologia, della tua mente."

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

Stop allo stress



Titolo: Stop allo stress

Autore: Marcella Danon

EAN: 978-88-503-3071-3

Pagine: 192

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm -
80gr - BN

Data uscita: Gen 2012

Gli autori

Marcella Danon

Psicologa, giornalista e formatrice per la sicurezza sul lavoro, con particolare attenzione alla gestione dello stress e al benessere in azienda. Tra i pionieri del Counseling in Italia, sin dal 1990, è co-fondatrice della Scuola di Counseling CREA, a Milano, e dirige la Scuola di Ecopsicologia, che specializza alla conduzione di percorsi di crescita personale in natura. Promuove in ambito aziendale lo sviluppo della leadership umanistica; [...]

Descrizione

Lo stress, indispensabile alla sopravvivenza, consente all'organismo di fornirci un surplus di energia ogni qualvolta dobbiamo affrontare un imprevisto o una minaccia. Ma è un meccanismo antico, ancora tarato sulla possibilità di incontrare, ogni tanto, una tigre dai denti a sciabola o un'orsa coi suoi cuccioli.

Oggi, un ingorgo stradale o una richiesta inaspettata, ci stravolgono fisicamente tanto quanto i pericoli con cui si confrontavano i nostri antenati. La grossa differenza consiste nel fatto che, chiusi in macchina nel traffico o in un ufficio dalle pareti inconsistenti, non possiamo in nessun modo dare sfogo all'energia pronta all'uso né neutralizzare l'adrenalina ormai in circolazione nell'organismo. La reazione di difesa dell'organismo diventa, così, ben più pericolosa dei problemi che la generano. Ad aggravare la situazione, gioca anche il diverso stile di vita e l'alta frequenza degli imprevisti con cui ci confrontiamo quotidianamente e quindi l'iperattivazione di questo prestito energetico senza il tempo necessario per il recupero dell'equilibrio alterato.

Ma il malinteso tra il corpo antico e la vita moderna, può essere chiarito e, compreso il meccanismo, possiamo sviluppare l'attenzione e l'ascolto necessari a monitorarlo e contenerne gli effetti; possiamo allenarci a verificare, di volta in volta, se davvero lasciar entrare in gioco ingenti risorse energetiche per affrontare ostacoli gestibili con maggior leggerezza.

Stop allo stress vuole essere una guida pratica che ci accompagna nel conoscere la natura, la fisiologia e la dinamica dello stress, per insegnarci a non subirlo ma a gestirlo attraverso una maggior presenza a noi stessi e alla realtà da affrontare, per elaborare le strategie di volta in volta più adatte alla circostanza, per garantirci attività utili a scaricare le tensioni e tempi di recupero indispensabili dopo ogni picco. *Stop allo stress* propone numerosi suggerimenti ed esempi pratici facilmente applicabili nella vita quotidiana, con particolare attenzione alla realtà lavorativa.

Contenuti

“Non siamo condannati allo stress che sta dilagando come un’epidemia silenziosa, attanagliando chiunque viva al ritmo dei “tempi moderni”. E liberarsi dallo stress non vuol dire necessariamente tornare a vivere in campagna o sulla cima di una montagna. È, invece, una progressiva trasformazione interiore per cambiare l’atteggiamento con il quale si affrontano anche una metropolitana affollata, una tangenziale bloccata, una pila di documenti da registrare o un nuovo progetto da implementare.”- Marcella Danon

Genitori bonus



Titolo: Genitori bonus

Autore: Jesper Juul

EAN: 978-88-503-3059-1

Pagine: 96

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm -
80gr - BN

Data uscita: Gen 2012

Gli autori

Jesper Juul è uno dei più importanti e innovativi terapeuti familiari e pedagogisti d'Europa. Fondatore di Familylab, "il laboratorio di consulenza familiare" attivo anche in Italia, lavora da oltre quarantacinque anni con le famiglie. Con *Il bambino è competente* (Feltrinelli, 2001) è entrato tra gli autori di rilievo nell'ambito educativo e relazionale. Ha pubblicato in Urra *La famiglia è competente*

Descrizione

In questo minuscolo libricino Jesper Juul condensa numerosi spunti di riflessione e indirizza il lettore verso possibili soluzioni relative alle questioni che più di frequente caratterizzano i rapporti nelle famiglie ricostituite, sostitutive, patchwork o, nelle parole dell'Autore, famiglie bonus, quelle cioè in cui si intrecciano le relazioni dei figli con i nuovi partner dei propri genitori.

Il bonus è il vantaggio dato dall'ingresso di un nuovo adulto in un nucleo familiare dopo una separazione: non si parla di "patrigni" e "matrigne", linguisticamente connotati in negativo, che si sostituiscono ai genitori, ma di padri bonus e madri bonus, che si aggiungono ai genitori biologici. Il loro ruolo non è semplice: Jesper Juul propone alcuni accorgimenti per coglierne le migliori opportunità e non cadere nelle trappole più comuni, illustrando le une e le altre con interessanti esempi tratti dalla sua esperienza di terapeuta della famiglia. Rivolgendosi ai nuovi adulti che si introducono nella famiglia del partner, Juul invita a riflettere su alcuni temi basilari:

- l'importanza di scegliere con cura quando e come introdurre un nuovo adulto nella vita familiare;
- la necessità di un buon contatto, sincero e autentico, nel rispetto dei limiti altrui e dei propri;
- l'inutilità di recitare la parte degli educatori e l'invito a divenire amici adulti, disposti a mettersi in gioco con autenticità, integrità, rispetto e responsabilità;
- il ruolo degli ex partner, ma non ex genitori; la necessità di condividere la responsabilità dei loro precedenti insuccessi nelle relazioni di coppia e di essere capaci di lasciare con rispetto e affetto, per ricominciare a guardare al futuro;
- la necessaria consapevolezza che nessun consiglio potrà servire, se l'amore e la disponibilità verso gli altri, i figli, non andranno di pari passo con la voglia di maturare e di crescere insieme con loro.

Contenuti

"...dato che si parla della vita, non esistono manuali di istruzioni, né "10 buoni consigli" per evitare che ci siano delle difficoltà o che, di tanto in tanto, si stia male. Nella tua nuova famiglia, non portare solo il tuo amore e la tua responsabilità, metti in valigia anche la tua voglia di crescere, la tua intelligenza e la tua disponibilità ad affrontare le crisi." - Jesper Juul

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

Difendersi dalle allergie



Titolo: Difendersi dalle allergie

Autore: Adriana Giannini, Gianbruno Guerriero

EAN: 978-88-503-3058-4

Pagine: 128

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm - 80gr - BN

Data uscita: Feb 2012

Gli autori

Adriana Giannini da sempre si occupa di divulgazione scientifica attraverso libri ed articoli riguardanti argomenti di biologia, medicina e protezione dell'ambiente. Grazie alla sua lunga esperienza come caporedattore presso la rivista "Le Scienze" (l'edizione italiana di "Scientific American") ha potuto conoscere da vicino i progressi raggiunti in campo medico-scientifico da ricercatori e scienziati.

Gianb [...]

Descrizione

Questo agile volume offre ai lettori una guida chiara, esauriente e sempre ben documentata per conoscere tutte le diverse forme con cui le allergie possono presentarsi, capirne i meccanismi biologici e i fattori scatenanti, distinguerle da altre forme di intolleranza spesso confuse con le reazioni allergiche e imparare a difendersi da esse e convivervi nel modo migliore possibile utilizzando tutti i mezzi messi a disposizione dalle attuali conoscenze medico-scientifiche.

A differenza di altre pubblicazioni divulgative sull'argomento, questa guida si caratterizza per la completezza e l'obiettività con le quali gli argomenti sono trattati: non si appoggia un punto di vista a scapito di altri, ma si espongono i dati e le conoscenze di esperti riconosciuti a livello internazionale nei diversi ambiti di competenza.

Contemporaneamente viene prestata particolare attenzione al compito di rendere un servizio utile al lettore alle prese con l'allergia o le allergie proprie o dei suoi familiari (particolarmente importante quando a essere allergico è un bambino) con una serie di indicazioni pratiche. Ecco dunque perché nel libro sono inseriti, solo per fare degli esempi, il decalogo del bambino allergico, le corrette modalità per usare l'inalatore e che cosa fare in situazioni di emergenza come nel caso di shock anafilattico. Il tutto illustrato e reso piacevole anche con aneddoti relativi a illustri allergici, dai personaggi storici agli atleti contemporanei.

Completano il volume utili schede informative sulle sostanze allergeniche, un esauriente glossario, e indirizzi di siti e centri dedicati all'allergia.

Contenuti

Le allergie sono in continuo aumento tanto che l'organizzazione Mondiale della Sanità ritiene che negli anni a venire rappresenteranno una vera e propria emergenza sanitaria. Già ora si stima che in Europa gli allergici siano circa 80 milioni e che nel nostro paese essi siano almeno 10 milioni, metà dei quali è affetto da asma.

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato

Nella testa degli adolescenti



Titolo: Nella testa degli adolescenti

Autore: Eveline Crone

EAN: 978-88-503-3056-0

Pagine: 176

Prezzo: n.d.

Formato: 13,5 X 21 cm - 80gr - BN

Data uscita: Feb 2012

Gli autori

Eveline Crone, nata nel 1975, è docente di Psicologia dello sviluppo alle università di Leida e di Amsterdam. Nel 2005 ha fondato a Leida il Brain and Development Laboratory, un istituto che si dedica alla ricerca sulle relazioni fra sviluppo del cervello e sviluppo mentale di ragazzi e giovani [...]

Descrizione

Perché ragazzi e ragazze nell'età della pubertà non si svegliano mai? Perché fanno sempre i compiti solo all'ultimo minuto? È così difficile programmarli realisticamente? Perché debbono andare senza casco sui loro motorini o rischiare di rompersi il collo lanciandosi con lo skateboard su ponti stretti? Chiunque sa che non è sensato prendersi dei rischi così irresponsabilmente. E perché non tornano mai a casa puntuali? Perché è così difficile fare un colpo di telefono a casa, quando si fa tardi? Possono passare ore con amici e amiche al telefono, ma con i genitori è tanto se scambiano qualche parola in tutta la giornata. Perché?

Una volta si dava la colpa di tutto agli ormoni, ma ora la ricerca ci dà un'altra chiave: il cervello dei giovani si ristrutturava completamente fra i 13 e i 20 anni. Un processo unico, che ha un'influenza enorme sul complesso degli adolescenti per vari anni.

Eveline Crone, studiosa di fama internazionale di psicologia dello sviluppo, spiega sulla base delle ricerche più recenti delle neuroscienze le logoranti turbolenze che si verificano durante la pubertà. E mostra con esempi illuminanti come il comportamento, spesso terribilmente irritante, dei più giovani dipenda da un processo molto particolare: la progressiva riorganizzazione del cervello durante l'adolescenza. Crone non solo fa capire perché ragazzi e ragazze sono così inclini a eccessi e sbalzi emotivi e a comportamenti pericolosi, finendo non di rado per essere disorientati o bruciarsi, ma mostra anche i limiti e le opportunità propri di questa fase della vita.

Un libro avvincente, chiaro e tranquillizzante per insegnanti, educatori e genitori, che non riescono più a capire i loro figli. Un libro che promuove la comprensione e la pazienza, ma solleva anche interrogativi su come gli adulti possono trattare con gli adolescenti nel modo più adeguato.

Contenuti

*"Eveline Crone sta conducendo un lavoro scientifico pionieristico, che ha suscitato grande attenzione a livello internazionale."
(Dalla Laudatio per la consegna dello Science and Society Prize)*

Motivazioni alla vendita

A chi è destinato