

Mis miedos, ¿amigos o enemigos?

de Isabelle Filliozat / Fred Bengalia (Ilustrador)



Una ayuda para domesticar los miedos útiles y a superar los temores inútiles

Nuevo libro de una de las grandes psicopedagogas internacionales, Isabelle Filliozat. Nos habla del miedo como una emoción que si no la controlamos puede bloquearnos e impedirnos avanzar, sin embargo también es una emoción que nos ayuda a sobrevivir, ya que nos permite huir de los peligros.

A través de divertidas actividades, este libro enseña a los niños y niñas a entender y a controlar los miedos y a distinguir los que son útiles de los que no lo son.

Al igual que en los anteriores títulos, al final del libro hay una guía para padres y tutores con información y consejos sobre cómo gestionar los miedos de los pequeños.

Colección: Juego y me conozco

Autora: Isabelle Filliozat

Ilustrador: Fred Bengalia

N.º de páginas: 98

Tamaño: 22 x 28 cm

Precio: 14,90 €

ISBN: 978-84-683-4073-9

Idioma: Castellano

Edad: +6 años



Isabelle Filliozat (París, 1957) es psicóloga clínica, certificada en Análisis Transaccional por el Instituto Francés de Análisis Transaccional. Está además certificada en Programación Neurolingüística por el Instituto de PNL de Nueva York. Después de más de 25 años de práctica clínica y formando a formadores, actualmente se dedica a la difusión de sus conocimientos al gran público a través de la publicación de libros, de conferencias y de programas de radio.

Fred Bengalia (Antibes, 1974) es un ilustrador apasionado por el dibujo, el trazo grueso y los colores minimalistas que lleva más de veinte años dedicado a la ilustración en diferentes campos. Actualmente compagina su trabajo de director de arte de las revistas de ficción de Bayard Presse con su faceta de ilustrador, principalmente de libros infantiles.

