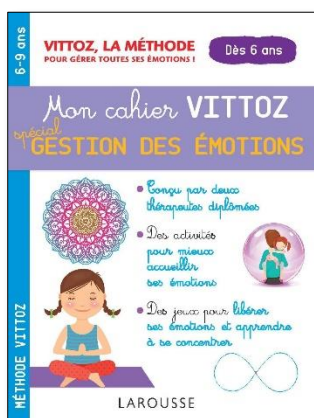


Une méthode simple et efficace...

Dès
6 ans



Mon cahier Vittoz spécial gestion des émotions

Par Margot Dugenet
et Suzanne Archawski

Mise en vente : **23/01/2019**

Prix TTC : **4,50 €**

A partir de 6 ans, l'enfant est en plein développement affectif : il manifeste de nombreuses émotions (la colère, la tristesse, la joie...) qu'il doit apprendre à exprimer et à maîtriser. Ainsi, il pourra construire son estime de soi et affronter les prochaines étapes de la vie.

Les cahiers Vittoz, c'est quoi ?

Des exercices très simples et agréables à faire, conçus par **des praticiennes de la psychothérapie Vittoz**, diplômées par l'Institut Vittoz IRDC.



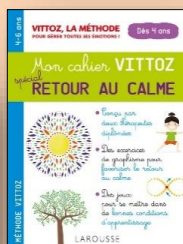
Grâce à la méthode Vittoz, **retrouvez l'équilibre psychique nécessaire au calme et à la concentration** ! Ludique, faisant intervenir le dessin, des jeux sur les sensations, ou des jeux de mémoire, **cette méthode est particulièrement adaptée aux enfants** et leur permet de se concentrer, de retrouver confiance en eux et de mieux gérer leurs émotions.

Comment te sens-tu quand tu es en colère?

Reconnaître les différentes émotions, c'est pouvoir ensuite les contrôler et être mieux armé pour apprendre, pour comprendre et pour vivre !



Dans la même collection...



Mon cahier Vittoz spécial concentration

Mise en vente : **22/08/2018**

Mon cahier Vittoz spécial retour au calme

Mise en vente : **22/08/2018**

... pour gérer ses émotions !

Contact presse LAROUSSE : Clélia SERGENT

01 44 39 44 45 • csargent@larousse.fr • Éditions Larousse - 21, rue du Montparnasse, 75283 PARIS Cedex 06