

**INTELLIGENZA EMOTIVA
IN FAMIGLIA** GENITORI E
FIGLI, RELAZIONI ED
EMOZIONI

**DIARIO DI
VIAGGIO**
NEL MONDO DELLE
EMOZIONI IN FAMIGLIA



Questo è un diario che ti aiuterà a rendere il tuo allenamento più efficace.

Perché?

123 Pasta: Non è sufficiente sapere le cose bisogna SPERIMENTARLE...pensaci! E' quello che fanno i bambini ogni giorno: imparano attraverso l'esperienza, non basta che tu dica loro cosa devono fare e come poi arriva il momento in cui devono passare all'azione: è successo quando hanno imparato a camminare, a mettere insieme i primi mattoncini, ad andare in bicicletta, a scuola...

Ecco se vuoi migliorare devi passare all'azione anche tu!

E' una questione di neuroni: il nostro cervello funziona così, ha bisogno di capire che per te una cosa è importante, deve imparare un nuovo comportamento per andare poi in automatico o comunque rendere il nuovo più facile da applicare.

E' una tua responsabilità: siamo un esempio ogni giorno come genitori, se hai iniziato a curiosare o seguire questo percorso allora è importante che tu arrivi fino in fondo...è solo una questione di allenamento dentro di te hai già tutte le potenzialità per essere il genitore che desideri essere per tuo figlio.

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuo figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuo figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuo figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuo figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuoi figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

Video che hai visto

Cosa è importante ricordare?

I tre Consigli

Quali attività hai scelto di svolgere e come sono andate (come hai reagito tu, tuo figlio)

Progetti

Quale progetto vuoi realizzare per il futuro:

Quali difficoltà prevedi di incontrare:

Quali risorse (talenti e punti di forza) puoi utilizzare:

SIX SECONDS

DIARIO DI VIAGGIO NEL MONDO DELLE EMOZIONI IN FAMIGLIA

