



QUÉ PUEDO HACER PARA... VENCER MIS MANÍAS

Autor: D. Huebner, Ilustraciones de B. Matthews

Adaptadores: J. Pereña (Dpto. de I+D+i de TEA Ediciones)



Aplicación: Individual

Edad: Niños de 6 a 12 años

Finalidad: Un libro para ayudar a los niños a librarse de hábitos feos y molestos como morderse las uñas, chuparse el dedo, retorcerse el pelo, meterse el dedo en la nariz o chupar la ropa entre otros.

Este libro contiene las claves para que los niños aprendan a **librarse** de una serie de **hábitos desagradables y molestos**.

Mediante ejemplos ilustrativos, dibujos muy atractivos y un conjunto de instrucciones que guían al niño paso a paso, se logra el aprendizaje de las principales estrategias que permiten vencer tales como morderse las uñas, retorcerse el pelo, chuparse el dedo, rascarse las heridas, meterse el dedo en la nariz, chupar la ropa, etc.

Los métodos expuestos han demostrado ser científicamente válidos, pero se presentan de forma asequible, interesante y divertida.

¿Tienes manías molestas, como morderte las uñas, tocarte la nariz, retorcerte el pelo, mordisquear la camisa o chuparte el dedo? ¿Tienes costumbres feas que no puedes dejar? ¿Tienes hábitos molestos que te producen problemas? Si es así, no estás solo. Muchos niños tienen manías que quiere evitar pero que les cuesta mucho vencer. Los hábitos son más fuertes que los buenos propósitos. Es muy difícil librarte de ellos, aunque quieras... a no ser que tengas las llaves necesarias para liberarte.

Este libro es pues un completo recurso interactivo para formar, reforzar y motivar a los niños hacia el cambio a fin de que puedan sentirse libres de esas manías.