

# Scarica Libri **Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti gratis** Di Thomas Kersting (PDF - ePub - Mobi)



Li vediamo ovunque - al parco, al ristorante, nelle nostre case, in macchina - bambini e adolescenti connessi ai loro smartphone e disconnessi dal mondo reale che li circonda. Secondo le ultime ricerche, il tredicenne medio trascorre incollato a uno schermo otto ore al giorno, sette giorni su sette. In Italia 8 bambini su 10 tra i tre e i cinque anni sanno già usare i cellulari dei genitori.

È solo di pochi giorni fa la direttiva dell'OMS che raccomanda il divieto di smartphone per bambini al di sotto dei due anni di età.

*Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti*, dello psicoterapeuta e scrittore statunitense Tom Kersting esamina e illustra le numerose evidenze scientifiche che collegano l'uso eccessivo di dispositivi digitali a vari problemi di tipo cognitivo e comportamentale: in sostanza, l'utilizzo compulsivo di devices elettronici sta letteralmente trasformando la conformazione della corteccia cerebrale dei nostri ragazzi in modi del tutto impreveduti. Il rischio che stiamo correndo è che un'intera generazione di bambini stia

per andare incontro a futuri problemi di perdita di concentrazione e memoria, oltre a seri problemi di tipo relazionale ed emotivo.

Oltre a informare sui pericoli del fenomeno, *Disconnessi* è allo stesso tempo una sorta di manuale per tanti genitori preoccupati, fornendo esempi pratici e strategie efficaci per rinforzare l'intelligenza emotiva dei nostri figli e controllare un uso eccessivo dei dispositivi elettronici.

Grazie a esempi tratti dal suo lavoro di psicoterapeuta, passando per semplici regole di buon senso comune fino a tecniche di meditazione e mindfulness, Kersting mostra come sia possibile far disconnettere i nostri figli dal cyberspazio virtuale e alienante per farli riconnettere al mondo fisico, fatto di emozioni, relazioni e sentimenti reali.

**Titolo** : Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti

**Autore** : Thomas Kersting

:  
:  
:  
:  
:  
:

**Dimensione del file** : 740.29kB

[Scarica Libri Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti gratis](#) Di Thomas Kersting (PDF - ePub - Mobi)



# Scarica Libri Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti gratis Di Thomas Kersting (PDF - ePub - Mobi)

[Scarica Libri Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti gratis Di Thomas Kersting \(PDF - ePub - Mobi\)](#)

**DISCONNESSI. COME RICONNETTERE I NOSTRI FIGLI DIGITALMENTE DISTRATTI PDF** - Are you looking for eBook Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti PDF? You will be glad to know that right now Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti PDF is available on our online library. With our online resources, you can find Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti or just about any type of ebooks, for any type of product.

Best of all, they are entirely free to find, use and download, so there is no cost or stress at all. Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti PDF may not make exciting reading, but Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti is packed with valuable instructions, information and warnings. We also have many ebooks and user guide is also related with Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti PDF and many other ebooks.

We have made it easy for you to find a PDF Ebooks without any digging. And by having access to our ebooks online or by storing it on your computer, you have convenient answers with Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti PDF. To get started finding Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti, you are right to find our website which has a comprehensive collection of manuals listed.

Our library is the biggest of these that have literally hundreds of thousands of different products represented. You will also see that there are specific sites catered to different product types or categories, brands or niches related with Applied Numerical Methods With Matlab Solution Manual 3rd Edition PDF. So depending on what exactly you are searching, you will be able to choose ebooks to suit your own needs.

Here is the access Download Page of DISCONNESSI. COME RICONNETTERE I NOSTRI FIGLI DIGITALMENTE DISTRATTI PDF, click this link to download or read online:

[Scarica Libri Disconnessi. Come riconnettere i nostri figli digitalmente distratti gratis Di Thomas Kersting \(PDF - ePub - Mobi\)](#)

## Bestseller List [Scarica libri Gratis]

### [PDF] L'amore che aspettavo



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Calder Weiss non è solo una star dell'hockey, è anche un padre single. Per questo, nonostante il successo e i riflettori, ha blindato il suo cuore e non si è più avvicinato a una donna negli ultimi cinque anni. Le sue priorità sono dare il massimo sul ghiaccio e...

---

### [PDF] La strada che mi porta da te



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Rex Gunner è tanto bello quanto impossibile da avvicinare. La vita l'ha scottato e adesso ha deciso che non permetterà più a nessuno di ferirlo. Preferisce dedicarsi alla sua azienda, una ditta di costruzioni a Gingham Lakes, e badare a sua figlia. Essere un padre single...

---

### [PDF] Come innamorarsi del capo



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Il motivo che ti ha convinta ad andartene è lo stesso che ti spinge a restare La mia lettera di dimissioni era pronta. Avevo finalmente deciso, dopo due anni infernali, di prendermi una rivincita sul mio capo, un individuo arrogante e insopportabile. Certo, anche sexy in modo ridicolo, ma...

---

### [PDF] Il principe senza corona



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Bad Boy Royals Dall'autrice bestseller di USA Today Scotch non è abituata a svignarsela quando le cose si mettono male. Ma stavolta è diverso. Dopo aver tirato fuori la sua migliore amica da un guaio con dei tizi poco raccomandabili, la sua vita è cambiata. Perché...

---

### [PDF] Come se tu fossi mio



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Luke Garrison è un eroe cittadino, è membro della Guardia Nazionale ed è pronto a tornare in servizio in caso di necessità. Nonostante sia molto affascinante, preferisce condurre una vita solitaria e l'ultima cosa di cui ha bisogno è una relazione...

---

## [PDF] Il mio primo amore impossibile



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Ricordo perfettamente la mia prima cotta. Ero innamorata persa di Jason Thorn. Con lui ho sentito per la prima volta le farfalle nello stomaco. Sembra romantico, no? Invece mi ha spezzato il cuore. Mi ha sempre vista come la sorella piccola del suo amico, tutto qui. E così ho passato tutti...

---

## [PDF] Ingannata



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Autrice del bestseller Oltre le regole Getaway Series Dopo la rottura con il mio ex ero distrutta. Riuscivo a stento a continuare la mia routine e mi sentivo fragile e smarrita. E così la mia migliore amica mi ha costretto a partire con lei per uno di quei viaggi avventurosi in mezzo alla...

---

## [PDF] Il coltello



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Harry Hole è di nuovo a terra. Ha ricominciato a bere, e da quando Rakel lo ha cacciato di casa abita in un buco a Sofies gate. Nell'appartamento ci sono soltanto un divano letto e bottiglie di whisky sparse ovunque. Ma Harry non è mai abbastanza sobrio da curarsene. La maledetta...

---

## [PDF] L'amore non ha rivali



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Nelle questioni sentimentali tutti gli uomini hanno una spalla. A partire dall'abbordaggio nei bar, fino alla risoluzione dei litigi più spinosi, hanno bisogno di sapere che c'è qualcuno che regge loro il gioco. Per Reign Braxton quel qualcuno sono io. E nonostante sia una donna, sono...

---

## [PDF] Per una notte d'amore



<https://free.dbsbook.net/it?book=1469623177&c=it&format=pdf>

Men of Inked Series Michael Gallo ha una missione: vincere il campionato di arti marziali. Di giorno lavora in uno studio di piercing, ma trascorre tutto il suo tempo libero ad allenarsi duramente. Sa bene che il suo obiettivo può essere raggiunto solo con impegno e forza di volontà....

---