

Autorzy
Marcela Mikołaj
Przygotowała
Zespół BD 23

Wiek nastoletni to niezwykły wiek. Niezwykły, ale trudny. Szkoła to wyzwania, rodzice i nauczyciele nie rozumieją ich. Brak pewności siebie, a do tego tempo rozwoju technologii i napływ nowych informacji jest zbyt duże. Nastolatki czują się samotni i zagubieni. Dojrzewanie to najbardziej burzliwy okres w życiu człowieka. Z dnia na dzień zauważają, że zmieniają się i nawet sami dla siebie stają się obcy. Zachodzą zmiany w mózgu i w całym układzie nerwowym. W tym poradniku nastolatki znajdą podpowiedzi i zestawy narzędzi, z których mogą każdego dnia korzystać, podczas swojej drogi ku dorosłości. Należy jednak pamiętać, że książka jest wsparciem, ale nie gotowymi odpowiedziami i rozwiązaniami. Nastolatki z tego poradnika dowiedzą się jak zbudowany jest mózg ludzki i skąd się bierze "konflikt pokoleń". Uzmysławia nastolatkom jak ich rodzice przygotowali się do dorosłości i potencjalnych zagrożeń, a jak oni teraz. Książka napisana jest w bardzo uporządkowany i przystępny sposób. Opisuje wiele problemów, lęków i dylematów z którymi nastolatki borykają się każdego dnia. Pozwala się oswoić z nimi. Każde rozdział posiada, krótkie podsumowanie w postaci punktów. Ważniejsze przesłanie autor wyróżnił większą, zieloną czcionką, co sprawia, że na dłuższą zapamiętuje się to o czym pisze i co chce przekazać autor.

[Szukaj w katalogu](#)