



Jak pomóc dzieciom radzić sobie ze złością?

Złość sama w sobie nie jest zła. Przykre bywają skutki jej odczuwania. Złość sygnalizuje nam, że coś jest nie tak, że jakieś ważne dla nas potrzeby nie są zaspokajane. Może być też maską dla innych trudnych emocji, takich jak: lęk, smutek, wstyd.

Jak rozpoznać złość poprzez sygnały naszego ciała i jak najlepiej sobie z nią radzić oraz nauczyć tego nasze pociechy?- zachęcam do przeczytania artykułu psychologa dziecięcego.

<https://dziecisawazne.pl/jak-pomoc-dziecku-wyrazac-zlosc/>