

Co zrobić, gdy się złościsz

DR. Dawn Huebner

Co zrobić, gdy się złościsz

Produkt chwilowo niedostępny

Kategorie:

Książki > Dla dzieci > Bajki i opowiadania

39,90 zł

numer katalogowy: DK/1610
ISBN: 9788394907112
liczba stron: 96
format: 20,5 x 28 cm
oprawa: broszurowa
rok wydania: 2018

„Weź głęboki oddech i znajdź długopis. Za chwilę nauczysz się czegoś naprawdę interesującego. Lekcja ta może nawet zmienić twoje życie! Zduszenie bądź wyciszenie złości mogą wydawać się kuszącym pomysłem, lecz nie są lekarstwem, które znajdziesz w tej książce. Złość to bowiem zdrowa i naturalna emocja. Humorystycznie zilustrowany poradnik psychologiczny dla dzieci „Co zrobić, gdy się złościsz nauczycie dziecko: - samokontroli, - technik zarządzania złością opartych na terapii poznawczo-behawioralnej, - rozwiązywania konfliktów i znajdowania kompromisu, - rozpoznawania iskier złości i wydłużania lontu złości, - bezpiecznego pozbywania się złości z ciała. Autorka unika specjalistycznego żargonu, a wiedzę teoretyczną i praktyczną przekazuje łącząc terapię z zabawą. Zamiast pouczać, inspirować i zachęca do pracy nad rozwojem emocjonalno-społecznym. Poradnik zdobył pierwszą nagrodę w konkursie Mom's Choice Award i rekomendowany jest przez Amerykańskie Towarzystwo Psychologiczne. Książka zawiera aktywizujące ćwiczenia oraz wstęp dla rodziców i opiekunów. Dawn Huebner jest doktorem psychologii, psychologiem klinicznym, psychoterapeutką i autorką przetłumaczonych na ponad 21 języków poradników psychologicznych dla dzieci, w tym bestsellerowego: „Co zrobić, gdy się martwisz. Poradnik dla lękliwych dzieci. Wielokrotnie nagradzana zarówno przez rodziców (Mom's Choice Award, iParenting Media Award, National Parenting Publications Award), jak i dzieci (Young Voice Award). Mieszka w New Hampshire, gdzie z od wielu lat pracuje z rodzicami i dziećmi.