

Złość da się poskromić

Dzieci będą lepiej przygotowane do pójścia do szkoły, gdy nauczą się we właściwy sposób radzić sobie ze złością.

Rodzice mogą pomóc swoim dzieciom ucząc je, że nie ma nic złego w okazywaniu złości, jeśli nie robi się krzywdy innym. Można kopać piłkę, ale nigdy nie wolno kopnąć innej osoby. Szybki bieg przez podwórko może zużyć tyle samo złej energii, co atak złości na podłodze. Oto kilka innych pomysłów:

- **Powiedz dziecku, by narysowało swe złe emocje.**
- **Nastaw szybką muzykę** i pozwól mu wytańczyć złość.
- **Poproś, by ci opowiedziało o swojej złości.** Bądź gotowa na przytulenie dziecka.
- **Daj mu modelinę, plastelinę lub ciasto** do ugniatania.
- **Kiedy najgorsze minęło, spędźcie spokojniejsze chwile z książką** lub na spacerze.