

Jak wspierać dziecko w trudnych emocjach?

ZAMIAST

NIE

To nic wielkiego

Przestań się mazać!

Taki duży a tak płacze!

W takim wieku powinieneś
sobie poradzić sam.

Nie złość się

Taka duża a tak się boi.

Nie płacz. Nie ma powodu.

Weź się w garść!

SPRÓBUJ

TAK

Widzę, że tobie trudno

Czujesz, że...

Jestem przy Tobie

Możesz na mnie liczyć

Chciałbyś mi o tym opowiedzieć?

Masz prawo czuć...

Spójrzmy razem na te
emocje. Jak można je nazwać?

Gdzie w swoim ciele
czujesz te emocje?

Spróbujmy razem pomyśleć
jakie są rozwiązania...