

مشاعر الطفل الجياشة: 5 أساليب يمكن للوالدين من خلالها مساعدة أطفالهم على السيطرة على انفعالاتهم وتنظيمها



?? ????? ????? ?????????? ?????????? ????? ?????????? ???
????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????
????????????? ?????????? ????? ?????????? ?????????????? ??????????????
????? ?? ?????????????? ?????????? ?????????????? ?????????? ??
????????? ??????????????.

????? ?? ?????????????? ?? ?????????? ?????????? ?????????????? ??
????????????????? ?????????????? ????? ?????????????? ?????????? ?????
?? ?????????????? ?????????? ?????? ?????????????? ?? ??????????????
????? ?????????????? (1) ?????????? ?????????????? ?? ???

?? ?????? ?? ?????? ?????? ??? ?????? ??????? ??
??
?????? ????????? ?????? ?????? ?????????????? ???????
????????? ???.

?? ?????? ?????????? ?????????? (?????? ???????)?
????????? ?? ??????? ??????????? ?????????????????????????
?????????? ?? ?????????????? ?????????? ??? ??????? ??
????????? ??, ??? ?????? ??????????? ?? ?????? ????? ??
???????? ?????????????? ?????????? ?????????????? ?????? ???????
????????? ??? ?????????????? ?????????? (?????? ?? ???????)?
????????????? ??? ?????????? ??????????? ??????????? ?????? ???
????? ?????????? ??? ?????????????? ?????????????? ?????? ???????
????????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ??????? ???????
????????????????? ?????????????? ?????? ?????????? ??????
????????????????? ?????????????? ?????? ??????????????????
????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ??????????
???? ?????? ??????????.

?? ?????? ??????????? ?? ?????????? ?????????????? ??????????????
????????????? ??????????? ?? ?????????? ?????????????????? ??????????
????????? ?????????????? ?????????????? ?? ?????? "?????????"

????? ?????? ????????????? (5), ?????? ?????? ???
?????? ?????????????????? ?????????????? ?????
????????????????? ?????????????? ?????????????? ?????? ?????
???????. ??? ?????? ?????????????? ?????????????? ?????? ?????
????????? ?????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ?? ??????????????
????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ?????? ??????????????.

?? ?????? ?????????????????? ?????????? ?????????????? ??
????????????????? ?????????????? ?????????????? ?? ?????? ??????????
????????? ?? ?????????? ?????????????????? ?????????????????? ??????????
????????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ?????? ?????? ??????????????????
?? ?????? ?????????? ?????????? ?????? ?????? ?????????????? ??????????.

???? ?????? ?????????????????? ?????????? ?????????????????? ??????????????
????????????? ??????????????????????

????? ??? ?????????????? ?????????? ?????????????????? ?? ??????????
????????????? ?????????????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ?????
????????????? ?? ?????????????????????? ?????????????? ??????????????????
?????????.

???? ?????????? ??? ??????????

????????? ???????? ?????? ????????????? ?????????? ??
?????? (?????? ?????????? ??????????). ?????? ?????????????
????? ?????????????? ?? ?????????????? ?????????? ?????????????? ??????????
????????????? ?????? ?????????????? ?????????????? ???????????. ??????????????
????????? ?????? ?????????????? ?????? ?????????????? ?????? ??????????
????????? ?? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ?????? ??????????. ????
????????? ?? ?????????????? ?? ?????????????????? ?????????????? ??
?????? ?????????????? ?? ?????????? (6). ?????????? ?????????? ???
????????? ?????????? ?????????????????? ?????????????? ?????? ???
????????????????????? ?? ?????? ?? ?????????????? ?????????????? ?? ??
?????? ?????????????????? ?????????????????? ?? ?????????????????? ??
????????????? ?? ?????????????? ?????? ?????????? ??????????????????
????????????.



???????? ???? ? ???? ???? ???? ?????????? ?????? ??????? ??????? ??????????

????????? ??? ?????????????? ??? ?????????? ?? ??????
????????? ?????????? (????????????? ?? ?????????????? ??
???????? ?? ?????????????? ?????? ?????????? ?????????????? ??????????)?
?? ?????????? ?? ?????????????? ??? ?????????????? ?????????
????????????? ?? ?????????? ?? ?????????????? ?????????? (?????????????)?? ??

????? ?? ????? ?????? ?????? ?????? ???????
????????????? ?????????????? ?????????????? ???????.

????????? ??????? ?? ?????? ?????????? ?? ??????????? -
????????? ?????? ??????? - ?????? ?????????? ??? ???????
????? ?????????????? ??? ??????? ?????????????????? ??????
????????? ?????????? ?? ??????? ?????? ?????????????? ???
????????????? ?? ?????????????????? ?????????????? ???????.

????? ??? ?????? ?????? ?????????????.

????????? ?????????????????? ?????????????????? ??? ?????? ??????????????
????????? ?????????????????? ?????????? ?????????????? ?? ?????? ??????????????
????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????????? ???????
??
??
????????????? ?????? ??????? ?????????????????????? ?? ??????????
????????????? ??????? ?????????????????????? ?????? ?????? ??????????

????? (?? ?? ??? ?????) ?????? ?????? ?????? ???
?????? ?????????? ?????? ???. ??? ??????? ??????????? ??
?????? ??? ?????????????? ?????????????? ??????? ???????
??? ??????? ??????????? ??? ?????????? ??????????? ???
????????? ?????????? ?? ?????????? ?????????? ??? ??????????
????????????? ?????????? ?? ?????? ?????????? ???????????
????????????? ?????????? ?? ?????? ?????????? ???????????
?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ???????????.

?????? ??? ?????????????????? ???????????.

??? ?? ?????? ?????????? ?? ??? ?????? ?????????????? ???????
????????? ?????????????? ??? ?????????? ?????????????? ??????????
????? ?????????? ??? ?????? ??????????: ??? ??????????
????????:"????? ??? ?????? ?????????? ?????? ?? ??????????
????????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ??????????" ??????????????
??? ?????????? ?????????????? ?????????????? ?????????????? ?????? ??????????
????????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ??????????????????
?????? ??????? ??????? ??????? ?????????????? ?????????????????? ???????
????????????? ?????????????? ?????? ?????????????????? ??????????????????

?? ?????? ?????????????? ?????????? ?????? ?????????? ?????? ??????????

?? ????? ?? ??? ?????? ?????? ???????? ??????????..
????? ??????? ?????????? ??? ?????????? ?????? ?? ??????
??????? ??????? ?? ?????????? ?? ?????????????? ???????..
??????? ??????????? ?????? ??????????? (7) ?? ??? ??????
????????? ??????????? ?????????? ?????????????? ??????????? ???
????????? ?????????????? ?????????????? ??? ?????????? ??? ???
????????????????? ?????????????? ??? ??? ???????????
????????? ?????? ?????????? ?????? ??? ?????? ????????

????: ????? ??????? ??????? ????? ?? ??????????????
???? ????? ?????????????? ??????????. ??? ?????
????????? ??????? ??????? ??????? ?????????? ???
????????????????? ??? ?????? ??????? ??????????? ?? ??????????
????????? ?? ?????? ??????? ?? ?????????????????? ?????? ??????
??? ?????????? ??????? ?????? ?????????? ??? ??????????????
???? ?? ?? ?????? ?? ?????????? ??? ?????????? ???
????????? ??? ??????? ?????????????????? ?????????? ??????????
????????????? ??
?? ??????? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????? ??????
????????? ?????????? ?? ?????????????? ?????? ?????????????? ??????????????
???? ?????????? ?????????? ?????????????????? ?????????????? ??

????????? ??????????? (8).

??
?? ??? ?????????? ??????????. ??????? ?????????? ??????????????????????
????????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ??????????????
????????? ?? ?????? ?????????????????? ?????? ?? ?????? ??????????
????????????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ??????????????
????????????? ?????????? ?????????????? ?????????????? ??????????????
????? ?????????? ??????? ?????? ??????? ?????????? ?????? ??????????
????????? ?? ?????????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????? ??????
?????? ?????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ??????

???????? ?? ????? ?????????? ??????????.