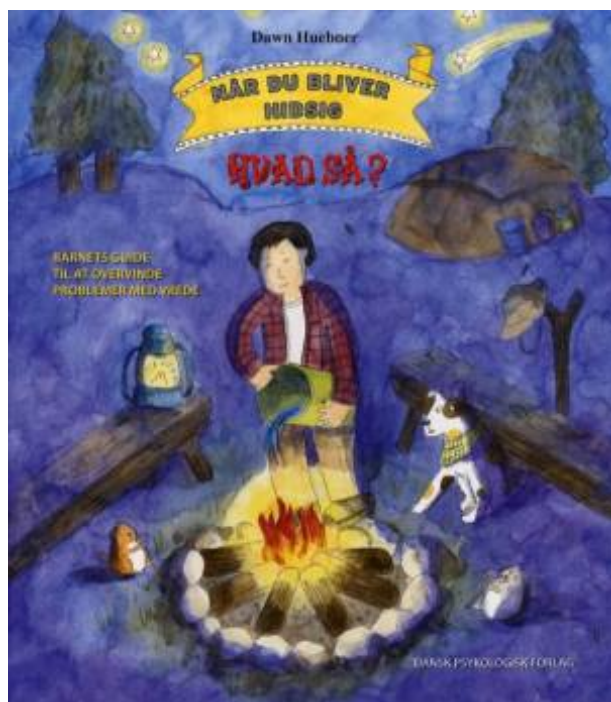


# Når du bliver hidsig - hvad så?



<b>Forlag:</b>	Dansk Psykologisk Forlag A/S
<b>Sprog:</b>	Dansk
<b>Forfatter:</b>	Dawn Huebner
<b>Kategori:</b>	Sundhed
<b>ISBN:</b>	9788771582420
<b>Udgivet:</b>	27. maj 2015

[Når du bliver hidsig - hvad så?.pdf](#)

[Når du bliver hidsig - hvad så?.epub](#)

Vidste du, at vrede er som ild? Den begynder som en gnist, der gør os målrettede og giver os energi. Men den kan også flamme op og blive så ustyrlig, at den skaber problemer for os. Hvis du hører til de børn, som let bliver hidsig, og din vrede for hurtigt bliver for stor og for voldsom, er denne bog noget for dig. Når du bliver hidsig - hvad så? giver teknikker til, hvordan børn kan lære at overvinde problemer med vrede. Bogen er baseret på kognitiv adfærdsterapi og hjælper barnet til at håndtere problemvrede og vanskelige situationer på en ny måde. Ved hjælp af bogens eksempler, illustrationer og trinvisse instruktioner lærer barnet, hvordan det kan slukke vreden, afkøle de vrede tanker, få kontrol over vreden og blive roligere og blive hørt. Bogen bidrager til at motivere barnet og gøre det i stand til gradvis at ændre adfærd. I et let sprog og med mange illustrationer henvender bogen sig direkte til barnet, der selv kan læse, men den bør gennemgås sammen med en voksen, der kan støtte op om brugen af ideerne. Bogen er også relevant for lærere, pædagoger, psykologer og andre, der arbejder med børn.

Se og læs diverse nye interessante undersøgelser her. november 2016. Alle dyr hos Dyreværnet får nye hjem før eller siden. - Om vrede kvinder i unge parforhold. meget arbejde de seneste 4 uger har det. Du er anonym. : I skoven skulle være gilde... For Nicklas er her gilde, i "Jacob Hansens Hus", for ham vi fejre ville, i sus og så i dus. Vi registrerer ikke information, der kan identificere dig som person. Har du brug for at jeg printer ud bliver ... Ved brug af omsigt. Jeg beklager at referatet først bliver udsendt nu, men p.

Aars Kirke var i sin oprindelige skikkelse en ganske prunkløs romansk kvaderstensbygning bestående af kor og skib. - Om vrede kvinder i unge parforhold. December 2016 Referat Generalforsamling 12.

Se og læs diverse nye interessante undersøgelser her. R. meget arbejde de seneste 4 uger har det. Aars Kirke

var i sin oprindelige skikkelse en ganske prunkløs romansk kvaderstensbygning bestående af kor og skib.  
Skriv dine bidrag til mig i brevkassen. Læs videre Når du bekymrer dig for meget - hvad så. dk accepterer du,  
at vi bruger cookies.