

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



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

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

???????? ???? ????? ? ? ???? ? ? ???? ? ?
???????? ???? ????? ???? ???? ???? ???? ????
??
???????????? ???? ????????? ???? ???? ???? ????
???????????? ???? ???? ??"???????????? ???? ????
(???????????? ???? ???? ???? ???? ???? ? ? ??) (2?
3)."

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

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

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

? ? ???? ???? ???? ???? ? ? ? ? ? ? ? ? ? ?
? ? ???? ???? ???? ???? ???? ???? (4). ???? ????
??

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

??? ?? ?????? ??????? ?? ??? ??? ?????????????? ???????
????????? ?????????????? ??? ??????? ?????????????? ??????????
????? ??????? ??? ?????? ??????????: ??? ??????????
????????:"????? ??? ?????? ?????????? ?????? ?? ?????????
????????? ?????? ?????? ?????? ??????????." ??????????????
??? ?????????? ?????????????? ??????????? ??????????? ?????? ??????????
????????????? ?????? ?????? ?????????? ?????? ?????????? ??????????????..
????? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?????????????? ??????
????????????? ?????????????? ?????? ?????????????????? ??????????????

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

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

????: ????? ??????? ??????? ??????? ??????? ??????? ???????
???? ????? ?????????????? ?????????? ??? ?????
????????? ??????? ??????? ??????? ?????????? ???
????????????????? ????? ??????? ??????? ?????????????? ?? ??????????
????????? ?? ??????? ??????? ?? ?????????????????? ?????? ??????
???? ?????????? ??????? ??????? ?????????? ??? ??????????????
???? ?? ?? ?? ?????? ?? ?????????? ??? ?????????? ???
????????? ??? ??????? ?????????????????? ?????????? ???????
????????????? ???
?? ??????? ?????????????? ?????????????? ?????????? ?????? ??????
????????? ?????????? ?? ?????????????? ?????? ?????????????? ??????????????
???? ?????????? ?????????? ?????????????????? ?????????????? ??

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

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

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