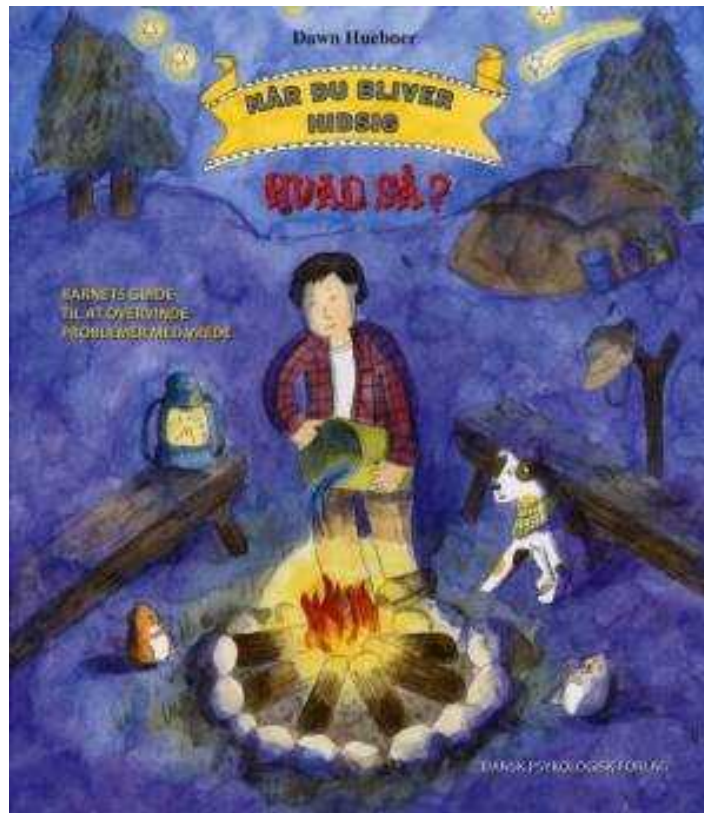


Søgeord: download Når du bliver hidsig - hvad så? pdfbøg, Når du bliver hidsig - hvad så? mobi, Når du bliver hidsig - hvad så? epub online gratis, Når du bliver hidsig - hvad så? torrent, Når du bliver hidsig - hvad så? læses online, digitaliseret Når du bliver hidsig - hvad så? pdf

---

## Når du bliver hidsig - hvad så? PDF

Dawn Huebner



*Dette er kun et uddrag fra bogen. Den fulde bog kan downloades fra nedenstående link.*



**DOWNLOAD PDF**

Forfatter: Dawn Huebner  
ISBN-10: 9788771582420  
Sprog: Dansk  
Filstørrelse: 3153 KB

## BESKRIVELSE

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 trinvis 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.

## **HVAD SIGER GOOGLE OM DENNE BOG?**

Når du bliver hidsig - hvad så Dawn Huebner. Vidste du, at vrede er som ild? Den begynder som en gnist, der gør os målrettede og giver os energi.

Når du bliver hidsig - hvad så (bog) af forfatteren Dawn Huebner | Psykologi/psykisk sundhed | Vidste du, at vrede er som ild? Den begynder som en gnist, der gør ...

Køb 'Når du bliver hidsig - hvad så?' bog nu. Vidste du, at vrede er som ild? Den begynder som en gnist, der gør os målrettede og giver ...

## NÅR DU BLIVER HIDSIG - HVAD SÅ?

[Læs mere ...](#)