

# مجموعة علاج الغضب

لدى الأطفال

مدة الاشتراك:  
6 شهور

ستتعلم في هذه المجموعة كيف  
تدير غضبك وتسيطر عليه ولا تجعله  
عائق لك في علاقتك مع أسرتك  
وإصدقائك والمدرسة وبقية  
مجالات حياتك

## الفصل الأول

لماذا أشعر بالغضب؟

## الفصل الثاني

هذا ما يفعله الغضب

## الفصل الثالث

كيف تراقب الغضب؟

## الفصل الرابع

أين يذهب الغضب؟

## الفصل الخامس

ماذا يمكن أن يكون الغضب؟

## الفصل السادس

ما الذي يحدث عندما أشعر بالغضب؟

## الفصل السابع

من الذي يجعلني أشعر بالغضب

## الفصل الثامن

كيف يظهر غضبي؟

## الفصل التاسع

عندما أعطي الغضب، ما الذي يعود لي؟

## الفصل العاشر

كيف يعمل الغضب من أجلي؟

## الفصل الحادي عشر

ماذا أفعل مع غضبي؟

## الفصل الثاني عشر

ماذا أحتاج عندما أشعر بالغضب؟

## الفصل الثالث عشر

كيف أقول للناس عما أحتاجه؟

## الفصل الرابع عشر

يشعر الناس الآخرون بالغضب أيضاً

## الفصل الخامس عشر

الاختيار لي

بإمكانك التواصل بشكل يومي

مع أعضاء المجموعة بالصوت

والصور والفيديو



www.morshdy.me