



Способы обращения с гневом



Гнев- это чувство сильного негодования, которое сопровождается потерей контроля над собой

Не находя выхода, гнев остаётся внутри человека и, как правило, трансформируется в болезнь.



Гнев не покидает нашего тела, и следствием этого является обида, горечь, депрессия.



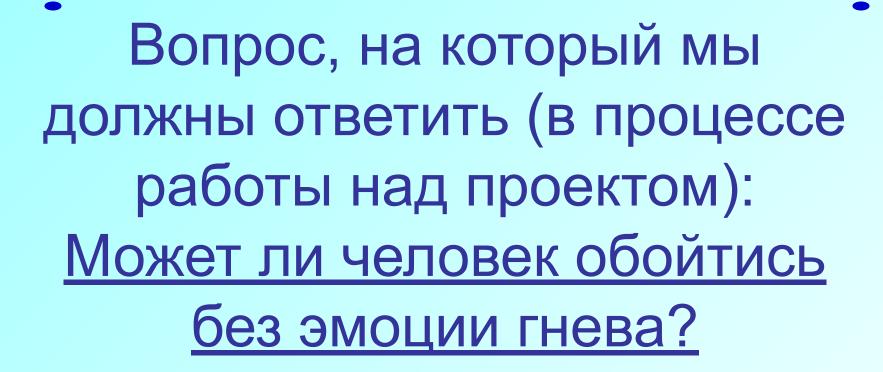






Поэтому очень важно научиться управлять своим чувством в момент его возникновения





Презентация Грековой Елены Георгиевны, педагога – психолога высшей квалификационной категории МОУ «Гимназии №87» г. Саратова