

СПОСОБЫ ОБРАЩЕНИЯ С ГНЕВОМ



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**





Вопрос, на который мы должны ответить (в процессе работы над проектом):

Может ли человек обойтись без эмоции гнева?

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