Gniewek z Wyspy Złości

Poznajcie Gniewka z Wyspy Złości! Dziś nasze przedszkolaki wybrały się w niezwykłą podróż do Krainy Emocji, gdzie poznały nowego bohatera – Gniewka z Wyspy Złości. Gniewek pokazuje, że złość nie jest zła! Złość to naturalna emocja, która mówi nam, że coś jest dla nas ważne, że nasze granice zostały przekroczone albo że coś wymaga zmiany. Nie ma więc „złych emocji” — liczy się to, jak je wyrażamy. Bohater Gniewek uczy dzieci (i dorosłych!), że: złość nie musi ranić, można ją pokazać w bezpieczny sposób, i że rozmawianie o emocjach to ogromna siła, nie słabość. Czasem wystarczy głęboki oddech, policzenie do dziesięciu, przytulenie misia albo narysowanie tego, co czujemy. Bo kiedy uczymy się mówić o złości, uczymy się też rozumieć siebie i innych.