

RADOŚĆ



Zagraj w Odporni Mentalnie
i ciesz się razem z Dzieckiem!



Radość

Mówi nam, że to co się dzieje jest dla nas dobre. Mówi nam, że chcemy tego więcej. Podczas doświadczania radości wytwarzana jest dopamina, serotonina i endorfiny. Poprzez przeżywanie radości dostajemy zastrzyk energii i ładujemy nasze życiowe akumulatory. Nie można się cieszyć za dużo.



W jaki sposób dziecko dobrze przeżywa radość?

- Ma uśmiecha na Twarzy
- Skacze, biega, tańczy
- Piszczycy
- Płacze łzami szczęścia



Chcesz dowiedzieć się więcej o RADOŚCI?

[KLIKNIJ TUTAJ](#) i przeczytaj darmowy artykuł:
[Dlaczego zatrzymujemy radość?](#)

CZEGO NIE MÓWIĆ DO DZIECI:

- ✗ "Nie śmieję się tak!"
- ✗ "No przestań już piszczeć!"
- ✗ "Nie śmieję się jak głupi do sera."
- ✗ "Jeżeli jest coś śmiesznego to powiedz to na głos."
- ✗ "Uspokój się!"

zamień na



CO MÓWIĆ DO DZIECI:

- ✓ "To radość, to cudownie."
- ✓ "Cieszę się razem z Tobą."
- ✓ "Dobrze Cię widzieć taką uradowaną."
- ✓ "Opowiedz co daje Ci takie szczęście."