

كيف نساعد أطفالنا في التغلب على التوتر



?? ?????? ?????? ?????? ?????? ??? ?????? ?????????? ??? ???
? ?????? ?????? ??? ?????????? ?????????? ?????????? ?????????? ?????
?????????.

?????: "????? ??????: ?????? ??????- ?????? ?? ?????? ?????????
?????? ?? ?????? ?????? ??? ?????????? ?????? ?? ?????? ?????????? ?????????
????? ??? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ??? ?????????????? ??? ??????
????????? ?????????? ?????????????????? ?????????? ?? ?????????? ??????
????????????? ??? ??????".

???? "????? ?? ?????? ?????? ?????? ?????????? ?????????? ?????????????
????????? ?????????? ?????????? ?????????????? ?????????? ?? ?? ??? ?????? ??? ??????

????? ????? ????? ??? ?????? ??? ?? ??????????? ?????????? ?????
?????? ????? ????? ?? ?????? ?????????? ??? ?? ??????? ??????? ?????????".

??????: "???? ?? ??? ?????? ?? ?????? ?????????? ?????? ??? ??????????
????????? ??????????".

?????? ??? ?????? ??????? ?????? ?????????? ??? ?????????? ??? ???????
??? ??? ??? ??? ??? ?????????? ?? ??? ?????????????? ?????? ??? ??????
????????? ??? ?????????? ?????????? ??? ?????? ??? ??? ??????.

?????? ?????????????? ??? ??? ??????? ?????????? ?????????? ?????????????? ??
?????????. ?????? ??? ??? ?? ?????? ?????????? ?????? ??????? ??? ??????????
????????? ?????????????? ?????? ??? ?????????? ??????? ?? ??????? ?????????? ???
?????? ?????????????? ?????? ??? ?? ?????? ?????????????? ?????????? ??????