in partnership with unicef | WORLD CHILDREN'S DAY sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

Наслов: # Обојте го срцето

carrie e. wolfe
Heart and Soul and Art

Цел:
Идентификување на емоциите и препознавање дека честопати многу емоции можат да се одвиваат во нас. Споделување емоции со личност без да користите зборови.

Извори:

Боички, фломастери, моливи
Материјал (кликнете за преземање)

Вовед:

Ќе ги идентификувате емоциите што ги чувствувате и ќе го обоите срцето за да претставите што се случува внатре.

Инструкции:

Одбери го работниот лист Обој го твоето срце, означете го секој збор што го чувствувате со нова боја. Не размислувајте премногу.
Користејќи ги боите со кои ги истакнавте вашите емоции, започнете со боење на срцето. Користете различни големини и форми за да претставите во која количина ја чувствувате таа емоција.
Преклопете ја хартијата на половина и покажете му ја на пријател или член на семејство. *Никој не мора да знае какви специфични емоции сте одбрале, но ако сакате можете да ги споделите со таа доверлива личност.

Дискусија:

Која беше вашата омилена боја?
Која боја одзеде најмногу место во вашето срце?
Која боја одзеде помалку простор во твоето срце?



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL