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

Titolo: COLORA IL TUO CUORE

Obiettivo:

Identificare le emozioni e riconoscere che spesso possiamo provare più emozioni contemporaneamente. Condividere le emozioni con una persona di cui ci fidiamo senza dover usare le parole.

Introduzione:

In questa attività, darai un nome alle emozioni che provi e colorerai un cuore che rappresenta che cosa sta succedendo dentro di te.

sixseconds THE EMOTIONAL INTELLIGENCE NETWORK

Materiali:

Pastelli colorati / matite
Documento da stampare

Istruzioni:

1. Prendi una copia del documento Colora il tuo Cuore ed evidenzia con un colore diverso ogni parola che identifica un'emozione che provi. Non starci troppo a pensare.
2. Usando gli stessi colori che hai usato per evidenziare le emozioni, inizia a colorare il cuore. Usa diverse forme e misure per mostrare quanto intensamente senti quell'emozione.
3. Piega il foglio di carta a metà e mostralo a un amico o una persona della tua famiglia. *Non è necessario dire loro quali emozioni hai scelto, ma se vuoi puoi condividerle con una persona di cui ti fidi.

Punti di Discussione:

- Qual è stato il tuo colore preferito?
- Quale colore ha occupato la maggior parte dello spazio nel cuore?
- Quale colore ha occupato il minor spazio nel cuore?



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL