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

Tajuk: # Warnai Hatimu

carrie e. wolfe
Heart and Soul and Art

Matlamat:

Mengenalpasti emosi dan mengiktiraf bahawa banyak emosi yang bermain di dalam fikiran dan menceritakan emosi anda kepada individu yang dipercayai tanpa menggunakan banyak perkataan.

Peralatan:

Pen/Pensel warna
Handout (klik untuk muat turun)

Pengenalan:

Di stesen ini, anda akan mengenalpasti emosi yang anda rasakan dan mewarna gambar hati yang diberikan untuk menggambarkan perasaan anda.

Arahan:

Ambil *handout* Warnai Hatimu dari atas meja. Tandakan setiap perkataan yang anda rasai menggunakan warna berlainan tanpa perlu berfikir panjang.
Dengan menggunakan warna yang telah anda gunakan untuk menandai emosi anda, warnakan gambar hati anda. Gunakan saiz dan bentuk berlainan untuk menggambarkan seberapa banyak atau sedikit emosi yang anda rasai. Lipat dua kertas tersebut dan tunjukkan kepada rakan atau ahli keluarga anda. *Anda tidak perlu menunjukkan kertas tersebut kepada sesiapa tetapi anda boleh berkongsi dengan mereka yang anda percayai.

Perbincangan:

Apakah warna kegemaran anda?
Warna apakah yang paling banyak di dalam hati anda?
Warna apakah yang paling kurang di dalam hati anda?



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL