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

Título: Colorear tu corazón

carrie e. wolfe
Heart and Soul and Art

Meta:

Identificación de emociones, y reconocimiento de que muchas de ellas pueden estar dentro de nosotros. Compartir emociones con una persona de confianza, sin utilizar palabras.

Intro:

En esta estación identificarás emociones que estás experimentando e iluminarás un corazón que represente lo que sientes en tu interior.

Materiales:

Lápices de colores/plumas/marcadores
Folleto (haga clic para descargar)

Instrucciones:

Toma una hoja de Ilumina tu Corazón, ilumina cada palabra con un color distinto. ¡Evita pensarlo demasiado¡ Utilizando los colores con los que iluminaste cada emoción, comienza a colorear tu corazón. Usa distintos tamaños y formas para representar qué tan grande o pequeña es cada emoción.
Dobla la hoja a la mitad y muéstrala a un miembro de tu familia o a un amigo. Nadie sabrá qué emoción específica elegiste, pero si lo deseas, puedes compartirla con una persona de confianza.

Discusión:

¿Cuál fue tu color favorito?
¿Qué color ocupa más espacio en tu corazón?
¿Qué color ocupa menos espacio en tu corazón?



6sec.org/popup

POP-UP FESTIVAL