

FIȘĂ DE LUCRU

TEMĂ: DEZVOLTARE EMOȚIONALĂ – Conștientizarea emoțiilor

CONSILIER ȘCOLAR: Prof. STANCIU IOANA

INSTITUȚIE: CJRAE Constanța

Exercițiu:

Identificați 5 emoții pe care le-ați simțit în ultimele săptămâni și listați-le una sub alta. Asociați fiecare emoție cu o culoare și notați-o, în dreptul fiecăreia. Aveți, astfel, un cod de culori pe care îl veți folosi în următorul mod:

- Întoarceți coala de hârtie și pe verso desenați conturul propriului corp!



Ex.

- Folosiți culorile din codul propriu pentru a colora corpul desenat!

- Priviți desenul și verbalizați ceea ce simțiți!

- Creați o scurtă poveste a emoțiilor voastre!