

MANO EMOCIJŲ STIKLAINIS

Patarimai mokinimas



Visos emocijos yra reikalingos. Jei nori pastebėti kokios emocijos gyvena Tavo viduje, Tu gali pasidaryti savo emocijų stiklainį.

Susiklijuok du stiklainius ir vienoje jo pusėje įkirpk dangtelį. Pro šią vietą galėsi kaupti ir stebėti, kokias emocijas dažniausiai išgyveni. O kai pripildysi stiklainį, pamatysi kokių emocijų daugiausiai gyvena TAVYJE.



RAUDONA- pyktis
GELTONA- - džiaugsmas
MĖLYNA- ramybė
ŽALIA- susijaudinimas
VIOLETINĖ- nervingumas
ORANDŽINĖ- drąsa
RUDA- liūdesys



Paruošė psichologė Dalia Petrėnienė