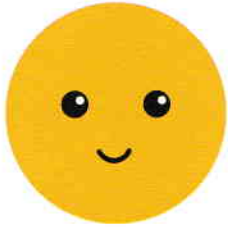


Îmi găsesc
CALMUL

- carte de activități cu teme de discuție •

Nu există emoții bune sau rele! Toate emoțiile sunt normale și toată lumea le simte. Bifează toate felurile în care te-ai simțit și tu. Povestește câte o întâmplare în care te-ai simțit așa.



FERICIT



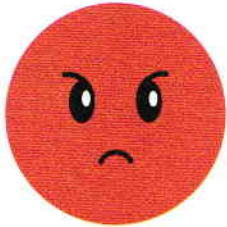
TRIST



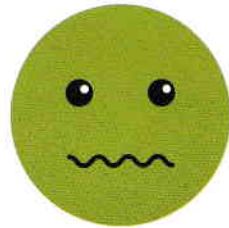
OBOSIT



SPERAT



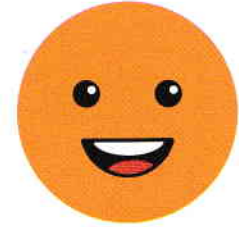
FURIOS



EMOȚIONAT



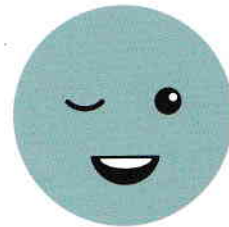
TIMID



ÎNCÂNTAT



PLICTISIT



ZĂPĂCIT



ÎNGRIJORAT



BOLNAV

LEARN HOW TO KNOW YOUR MIND
Ce crezi despre acest copil? Cum se simte? Imaginează-ți ce l-ar
fi putut face să se simtă așa.
Dacă ai vrea să-l ajuți să se simtă mai bine, ce l-ai sfătui să facă?



 BEAU APĂ NUMĂR
PÂNĂ LA 10 RESPIR
ADÂNC COLOREZ VORBESC
CU CINEVA ASCULT
MUZICĂ

Cu brațul întins, desenează în aer un semn al infinitului. Ține ochii deschiși.
Cum te simți? Acum, repetă cu ochii închiși. Simți vreo diferență?
Colorează desenul așa cum simți.

