



Jogo das
emoções
básicas

INSTRUÇÕES

- 1 - COLOQUE OS EMOJIS VIRADOS PARA BAIXO;
- 2 - PEÇA À CRIANÇA PARA ESCOLHER ENTRE OS NÚMEROS DE 1 A 6;
- 3- VIRE O NÚMERO ESCOLHIDO E PERGUNTE A CRIANÇA, QUAL A EMOÇÃO (PODEMOS TER VARIAÇÕES COMO, ANGÚSTIA AO INVÉS DE MEDO, E ESTÁ TUDO BEM).
- 4- PEGUE AS FICHAS DE PERGUNTAS E PEÇA À CRIANÇA PARA ESCOLHER ENTRE OS NÚMEROS DE 1 A 4;
- 5- FAÇA A PERGUNTE, PARABENIZE PELA RESPOSTA, E CASO A CRIANÇA TENHA DIFICULDADE, ESTIMULE MOSTRANDO A SUA RESPOSTA.

BOA DIVERSÃO E EXCELENTE AUTOCONHECIMENTO!!



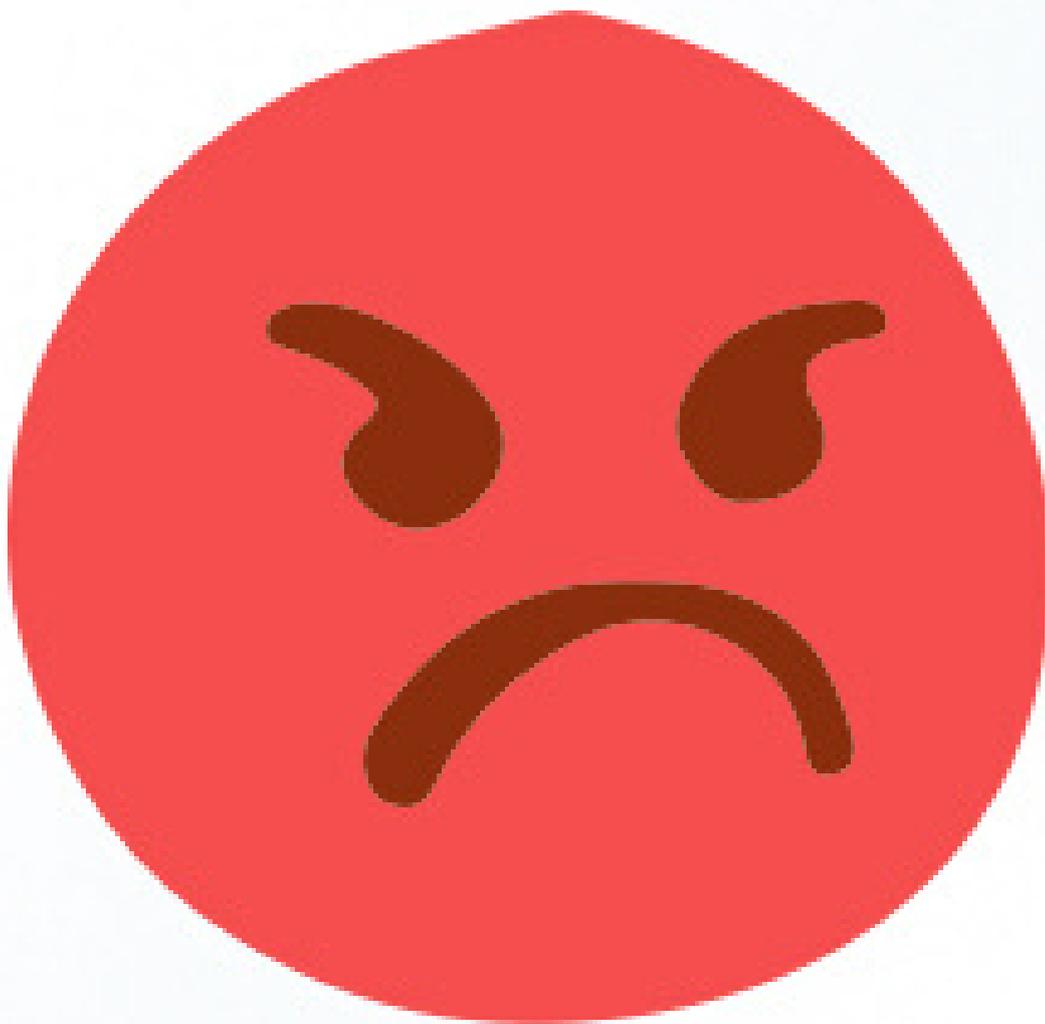


1

alegria



Academy
**MIND
AND
HEART**
PENSAR E SENTIR

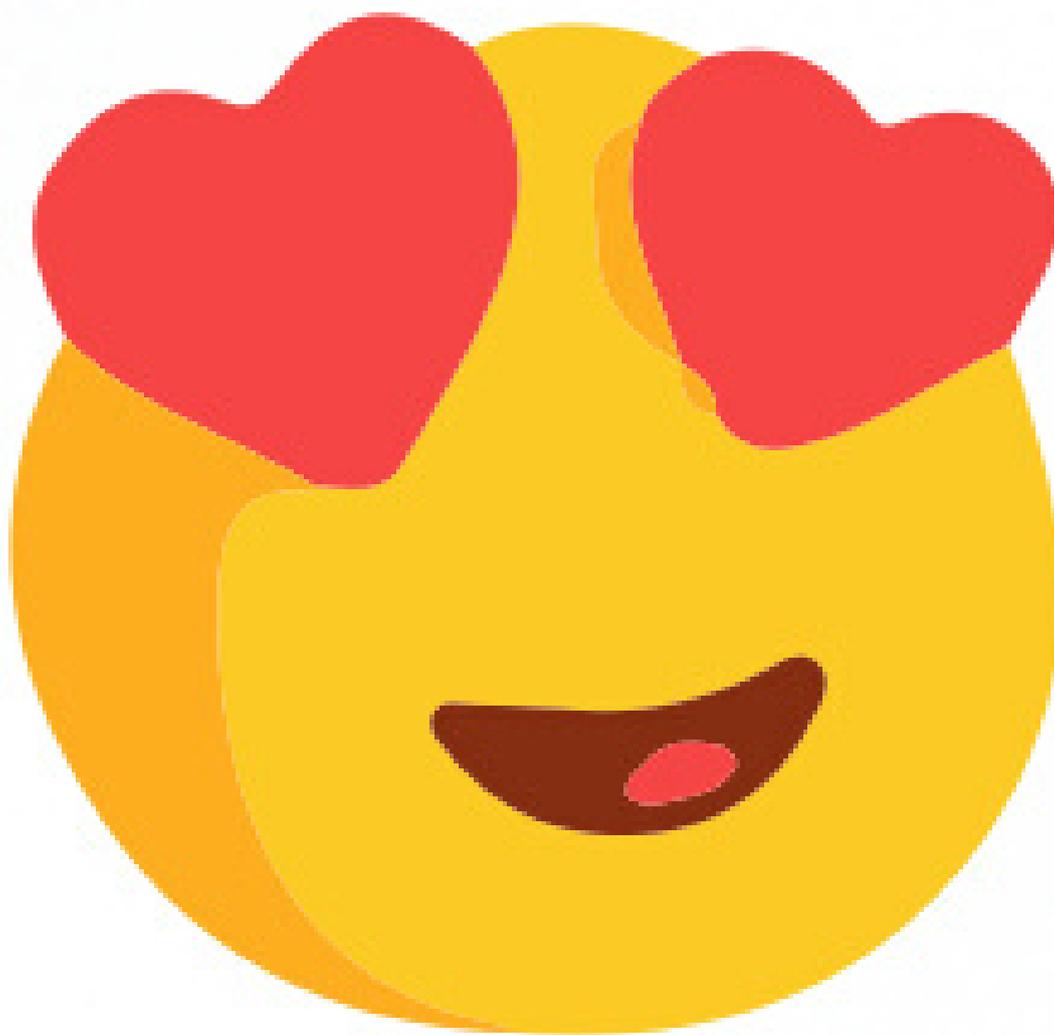


2

raiva



Academy
**MIND
AND
HEART**
PENSAR E SENTIR



3

amor

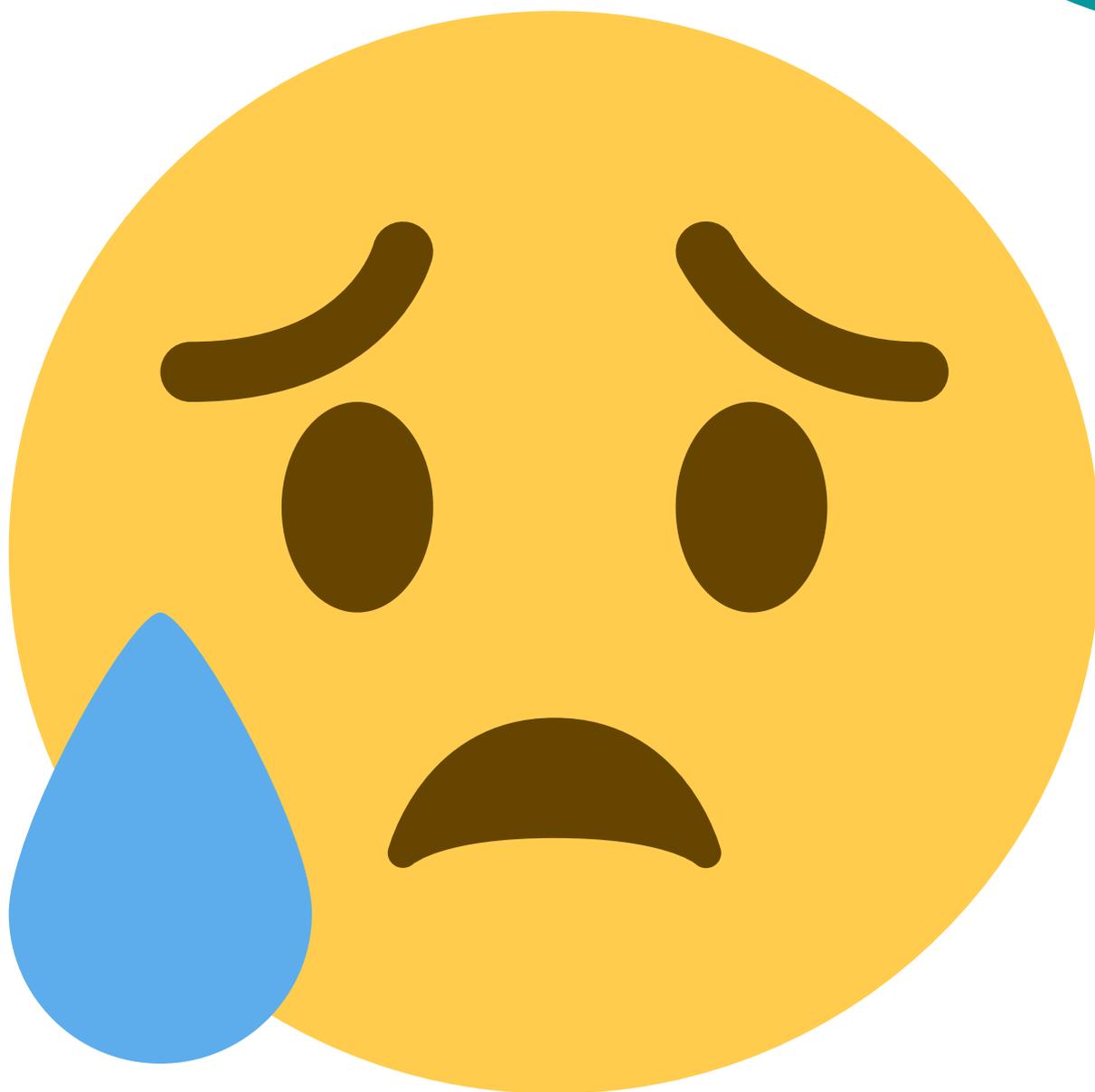


Academy
**MIND
AND
HEART**
PENSAR E SENTIR



4
medo





5

tristeza



Academy
**MIND
AND
HEART**
PENSAR E SENTIR



6

nojo



Academy
**MIND
AND
HEART**
PENSAR E SENTIR

1

O que é alegria para você?

2

Como você sabe que alguém está alegre?

3

Onde você sente a alegria no seu corpo?

4

O que você faz quando está alegre?



1

1

O que é a raiva para você?

2

Faça um desenho de alguma coisa que deixa você com raiva.

3

Como fica o seu corpo quando está com raiva?

4

O que você pode fazer para relaxar nesses momentos?



1

O que é o amor para você?

2

Quando você sente amor?

3

Faça um desenho que simbolize o amor e dê para alguém importante.

4

Onde você sente o amor no seu corpo?



1

O que mais te causa medo??

2

Qual a cara do medo?

3

Faça um desenho que de uma situação em que sentiu medo.

4

Como você pode enfrentar o seu medo?



1

O que é tristeza para você?

2

Quando você fica triste?

3

Onde você sente a tristeza em seu corpo?

4

O que você faz quando está triste?



1

O que é o nojo para você?

2

Faça a cara de nojo.

3

Do que você sente nojo?

4

Quando sente nojo, onde consegue perceber ele em seu corpo?





Academy

**MIND
AND HEART**

PENSAR E SENTIR