

Exprimă-ți emoțiile

Paharul meu cu emoții

Colorează acest pahar pentru a arăta care sunt emoțiile pe care le ai în acest moment. Este un exercițiu care îi ajută pe copii, dar și pe părinți în exprimarea și înțelegerea propriilor emoții.

galben – fericire roșu – furie roz – speranță mov – teamă

portocaliu – nervozitate verde – încântare albastru – tristețe maro - uimire

** Poți fi alese și alte culori care să exprime emoții și sentimente diferite de cele menționate mai sus

