

in partnership with



WORLD CHILDREN'S DAY



Назва: **Я відчуваю ___ коли ___**

Мета:

Дізнатись більше про емоції та те, чому ми відчуваємо саме їх.



Вступ:

Поділись ситуаціями коли ти відчуваєш різні емоції і зрозумій їх краще.

Матеріали:

Роздруковані матеріали
“Я відчув/ла ___ коли” картки

Інструкції:

З партнером або маленькій групі, одна особа не дивлячись обирає картку почуттів і читає її.

Учасники по черзі згадують час, коли відчували ці почуття і потім пояснюють:

Я відчував/відчувала (почуття на картці) коли (ситуація) тому що (чому вона/він це відчувала)

Наприклад: Мені було сумно коли я загубила свого ведмедика тому що я дуже його любила і я не знала чи знайду його коли небудь.

Інші люди в групі говорять чи були у них такі або схожі ситуації чи ні, а потім наступна людина бере картку

Обговорення:

Іноді почуття нам здається приходять випадковим чином, однак в цій справі ми можемо побачити, що у кожного почуття є свої причини. В буденному житті як добре вам видно причини ваших почуттів?

Коли ви слухали, чи було легко уявити досвід та почуття інших людей?

Що могло статись якби ми могли краще розуміти наші почуття та почуття інших людей?



POP-UP
FESTIVAL