**Cykl: „Moje emocje – Twoje emocje” 😊**



Źródło: Internet

**Drodzy Rodzice**, proponuję kontynuację ćwiczeń, które rozwijają u dzieci rozumienie przeżywanych emocji oraz uczuć innych ludzi.

Doświadczane przez nas emocje przenikają się, często przechodzą jedna w drugą i mogą zmieniać się w ciągu niedługiego czasu. Dobrze jest porozmawiać o tym z dzieckiem. Dopytać o to, jak sądzi dlaczego tak się dzieję i od czego zależy zmiana nastroju?

Warto uświadamiać dzieciom, że zachowanie innych ludzi działa na nasze samopoczucie i nasz nastrój.

Świat emocji to przestrzeń, która może nas łączyć, kiedy potrafimy być empatyczni, a więc potrafimy spojrzeć na przeżycia innego człowieka jego oczami. Empatii zaś uczymy się w drodze socjalizacji czyli poprzez bycie w relacjach z innymi ludźmi.

Serdecznie zapraszam do wspólnej aktywności w zabawie podczas wykonywania proponowanych ćwiczeń i gry w „emocjonalne” domino 😊

*Pozdrawiam! Anna Wójt, psycholog*