

Uczestnicy: dziecko/rodzic lub dziecko/dziecko

Temat: Klucz do serca.

Obszar rozwoju: Empatia.

Ćwiczone umiejętności: pozytywne dostrojenie emocjonalne.

Przebieg ćwiczenia:



Key to the Heart

W poprzednich czterech ćwiczeniach uczestnicy mieli okazję przekonać się, jak ważne jest rozumienie emocji drugiego człowieka – dla wspólnego i indywidualnego dobra.

Kluczem do tego porozumienia jest dostrojenie emocjonalne oparte na pozytywnych uczuciach. O emocjach możemy powiedzieć słowami, ale wyrażamy je także mimiką, postawą i gestami.

Dzisiaj pobawimy się w strażnika najcenniejszego klejnotu, jakim jest serce (w przenośni mówimy, że czujemy właśnie sercem, albo że ktoś ma wrażliwe serduszko). Stwórzcie wspólnie piękne serduszko – może to być rysunek, figurka z plasteliny czy jakakolwiek inna technika, którą podpowie Wam wyobraźnia (możecie dodać do serduszka coś, co dziecko lubi – owoc czy inny łakocię). Połóżcie je w jakimś pokoju – to będzie skarbiec.

Rodzic jest strażnikiem skarbcza w którym ukryte jest serce – stoi w drzwiach i pilnuje przejścia. Zadaniem dziecka jest przekonać rodzica bez użycia słów, by ten wpuścił je do skarbcza. Kluczem do serca strażnika jest bycie baaardzo miłym ☺ ale... nie można używać słów!

UWAGA: gdy dziecko stara się przekonać strażnika na siłę, albo wyrażając nieprzyjemne emocje, wtedy drzwi do skarbcza zatrząskują się jeszcze mocniej!

Po zakończeniu rundy, czyli przekonaniu strażnika i zdobyciu serca, możecie zamienić się rolami.

Miłej zabawy!

Katarzyna Kamieniarz-Krupska, psycholog