Quadro das emoções

Aponta para como te sentes. Debaixo de cada carinha, escreva a palavra da criança.

Criança _____



Feliz

A nossa palavra:



Triste

A nossa palavra:



Zangado

A nossa palavra:



Com medo

A nossa palavra:



Preocupado

A nossa palavra:



Cansado

A nossa palavra:



Calmo

A nossa palavra:



Surpreendido

A nossa palavra:



Dói

A nossa palavra:

Como percebemos — e o que ajuda

Emoção	**Como percebemos** o que vemos e ouvimos	**O que ajuda** experimentar primeiro	**? O que vem antes?** a sua suposição

Diga o nome da emoção em poucas palavras: «Estás zangado. A torre caiu.» Sem perguntas no momento difícil.

? Caixas brancas: o que viu ou ouviu. Caixas cinzentas com ?: as suas suposições — escreva-as como suposições («talvez..., não tenho a certeza»).