

SACA PIOJOS DE LAS EMOCIONES

Para usar correctamente esta ficha haz lo siguiente:

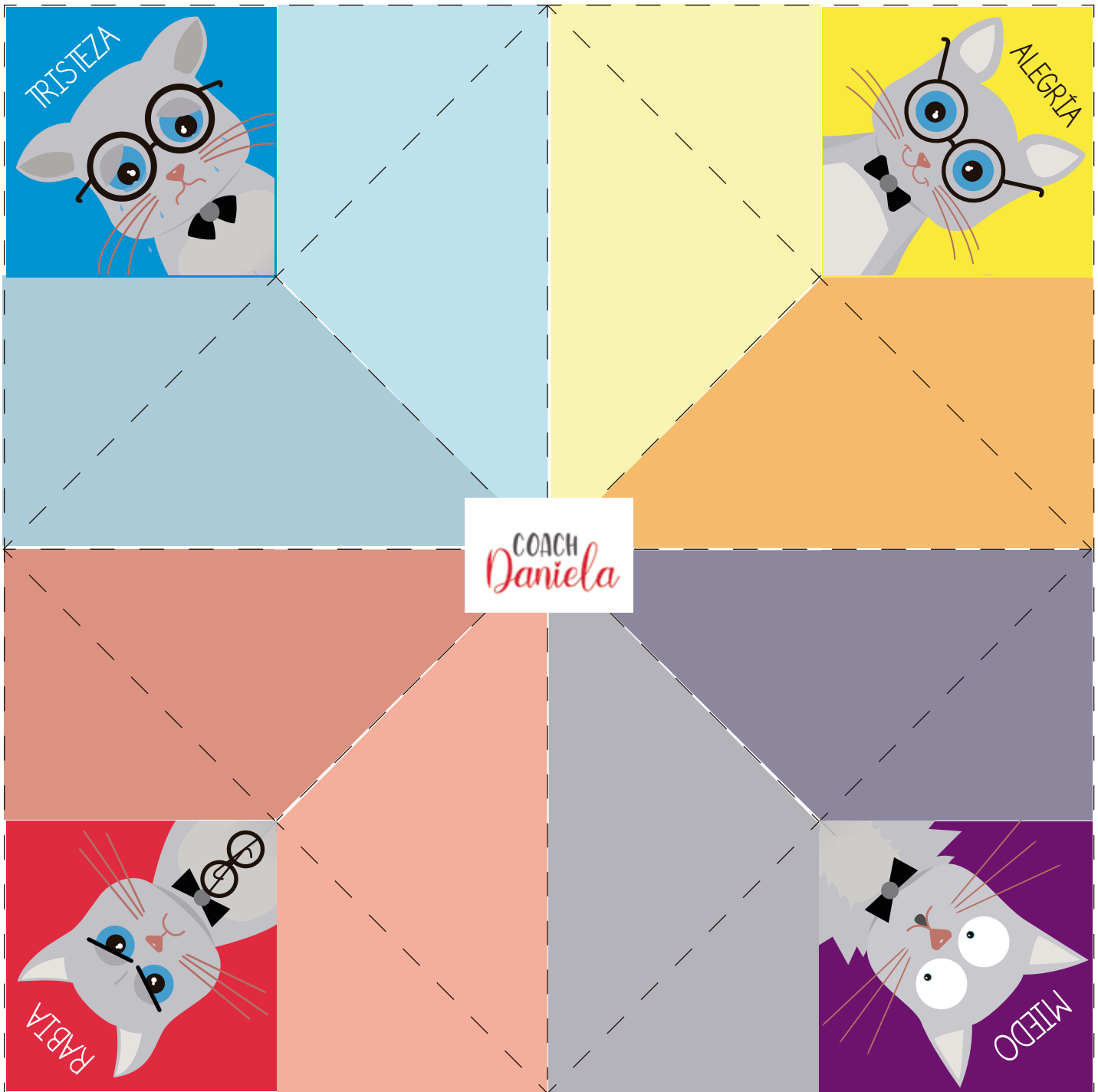
1. Recorta el cuadrado
2. En caso de ser necesario, ve al canal de Youtube de Daniela y revisa el video para seguir los pasos de armado.
3. Después de tenerlo armado es hora de jugar.

¡LISTOS PARA JUGAR!, es muy sencillo, dile al niño que elija la emoción que esté sintiendo en ese momento, con cada emoción encontrarás una pregunta para dar pie a una conversación y una actividad que le puede ayudar al pequeño a gestionar la emoción seleccionada. Lo ideal es que esta sea una herramienta para anticiparnos a la emoción, ya que es probable que con rabia no quiera responder ninguna pregunta, ni hacer nada.

Si quieres crear tus propias opciones con tus pequeños, imprime la página dos y construye tu propio sacapiojos.

<p>TRISTEZA</p>	<p>Pide a alguien que te abraze para consolarte o abraza tu juguete favorito</p>	<p>Tomáte una foto con la pose de la ALEGRÍA</p>	<p>ALEGRÍA</p>
<p>¿Qué tal si hablamos de algún momento o persona que te haga sentir mejor?</p>		<p>Inventa tu propio baile de la FELICIDAD y compártelo con otros</p>	
<p>Elige una postura de YOGA que te de tranquilidad y practica por 10 minutos</p>		<p>Crea, pinta, dibuja y lleva siempre contigo tu propio personaje del PODER para que te de seguridad</p>	
<p>RABIA</p>	<p>¿Te gustaría un tiempo a solas con tu emoción?</p>	<p>¿Que sientes cuando tienes miedo? ¿Te gustaría escribir una historia al respecto?</p>	<p>MIEDO</p>

CREA TU SACAPIOJOS, USA COLORES, STICKERS,
RECORTES, LO QUE TE IMAGINES Y COMPARTE TUS
FOTOS EN INSTAGRAM



COACH
Daniela