



GUARDA MEDOS



Essa atividade tem como objetivo mostrar à criança que ela pode se proteger dos medos que a coloca em perigo, assim como pode superar medos imaginários ou ilógicos.

Para essa atividade você irá precisar dessa folha impressa ou então poderá solicitar à própria criança que desenhe seu guarda medo, porém, o desenho precisa ser grande para caber os medos dentro dele, ok?

Após impresso ou desenhado o guarda medo, explica-se à criança que é natural ela sentir medo, no entanto, é preciso analisá-lo para ver o que se pode fazer com ele: se proteger dele ou superá-lo.



Pede-se para que a criança escreva ou diga para que o adulto facilitador escreva, todos os medos dela nas nuvens, como se fossem chuvas que estão por vir.



Depois pergunte a ela se esse medo representa perigo real (a ajude nesse momento com perguntas do tipo: você pode se machucar fisicamente, ou alguém pode machucar você diante desse medo? ou Esse medo veio da sua imaginação ou você viu acontecendo com alguém? Só não desvalorize os medos dela, ok?).



Caso seja um medo em que ela se perceba em perigo, escreva-o em cima do guarda medo. Caso seja um medo imaginário ou ilógico, escreva-o no chão, e diga a ela que esse pode ser superado. Se for um medo real, pergunte o que pode protegê-la desse medo e escreva dentro do guarda medo. E se o medo for imaginário, busque junta à criança, meios de superá-lo e escreva-o embaixo do guarda medo.



GUARDA MEDOS

