

MÃOZINHA AMIGA

Essa atividade tem como objetivo mostrar à criança que as emoções influenciam nas nossas ações e podem interferir na forma como tratamos as outras pessoas.



Algumas crianças apresentam certos desconfortos ao pensar em um amiguinho que está sempre brigando, ou na professora que é muito brava, ou no irmãozinho que a provoca com frequência. E acaba alimentando emoções desagradáveis quando imaginam essas pessoas.



Consequentemente, agem com hostilidade com essas pessoas. Por isso é importante que elas reconheçam que suas emoções afetam seus comportamentos nos relacionamentos interpessoais.



Chega de explicações e vamos à atividade...

Você ajudará a criança a desenhar sua própria mãozinha, ou pedirá para que ela mesma desenhe. (Caso não queiram desenhar, tem uma mãozinha para imprimir logo abaixo).



Após, peça para a criança pensar em 5 pessoas com quem encontra todos os dias e escrever em cada dedinho da mãozinha desenhada. Após vai perguntando como ela se sente sabendo que vai encontrar com cada uma dessas pessoas. Peça à ela para desenhar uma carinha nos dedos, identificando as emoções que sentem diante do pensamento que irá encontrar essas pessoas.



Na parte de trás da folha, peça para que a criança escreva ou fale sobre como é o comportamento dela diante dessas pessoas. Caso ela relate um comportamento hostil ou indiferente, não a corrija. Apenas mostre para ela que, devido a emoção que ela sente referente a essa pessoa, pode fazer com que ela apresente esse comportamento. Mas que é possível buscar formas de pensar na pessoa que gera um desconforto.





MÃOZINHA AMIGA



Lembre-se de respeitar o tempo da criança na hora de fazer a atividade e de auxiliá-la a buscar novas formas de regular suas emoções, para que ela perceba que é possível ter mais flexibilidade emocional diante de pessoas e situações que nos desagradam.



Alem disso, é importante respeitar também os sentimentos da criança diante de alguma pessoa, e não podemos julgá-la por não ter emoções agradáveis com todos.



Desejo que a mãozinha amiga auxilie as crianças por aí a perceberem que está tudo bem sentir uma emoção desagradável por alguém, mas que nem por isso precisamos tratar as pessoas com quem encontramos diariamente com hostilidade e desprezo.

E caso queiram compartilhar comigo essa estrelinha, meu instagram é @psimarcela_ondei



Ficarei muito feliz com o feedback de vocês!!!

Beijinhos carinhosos da Tia Marcela Ondeí





MÃOZINHA AMIGA

