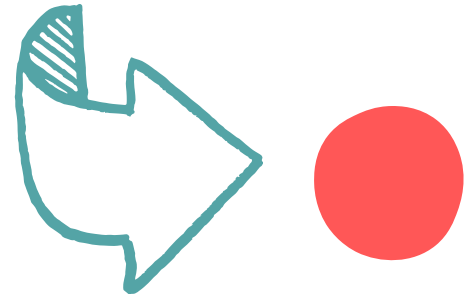
EMOCIONES QUE ME INVADEN

¿Te ocurre lo mismo?



Eskutik | Emozioak

begoñazpi
ikastola

A continuación, te presento una serie de imágenes sobre situaciones que me ocurren a veces y que no sé explicar muy bien con simples palabras.



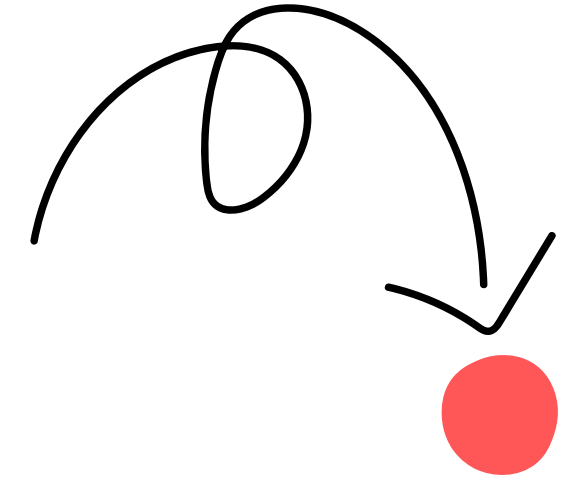
Obsérvalas con detenimiento. ¿Dirías que a ti también te pasa parecido? ¿En situaciones como esas, qué emociones te invaden? ¿Y a los miembros de tu familia?



Cuando me GRITA
me siento pequeña.

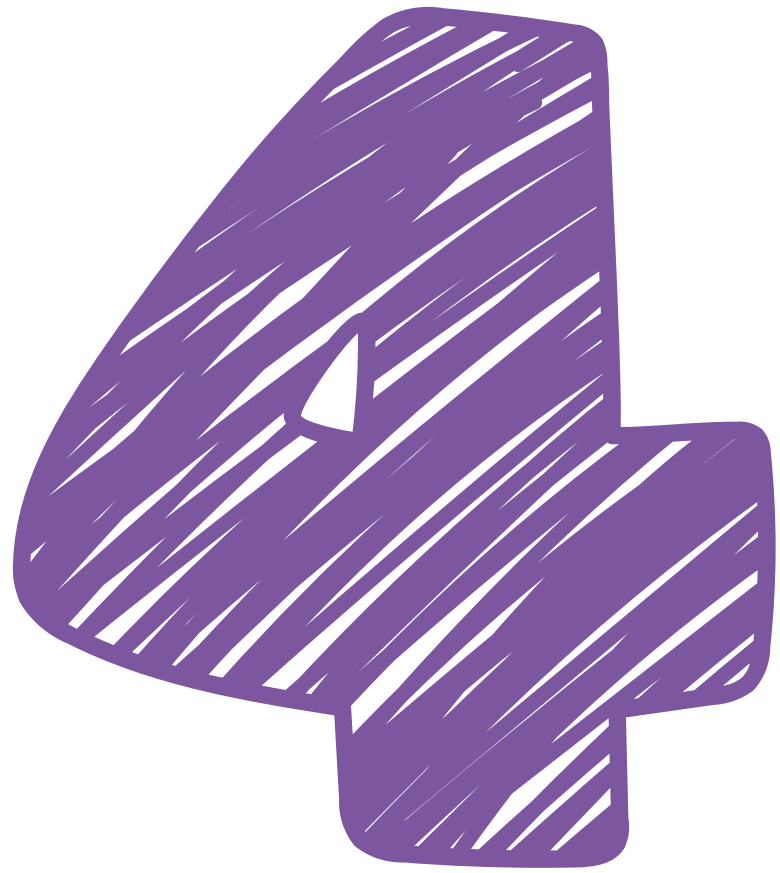


Cuando me IGNORA
me siento apartado.

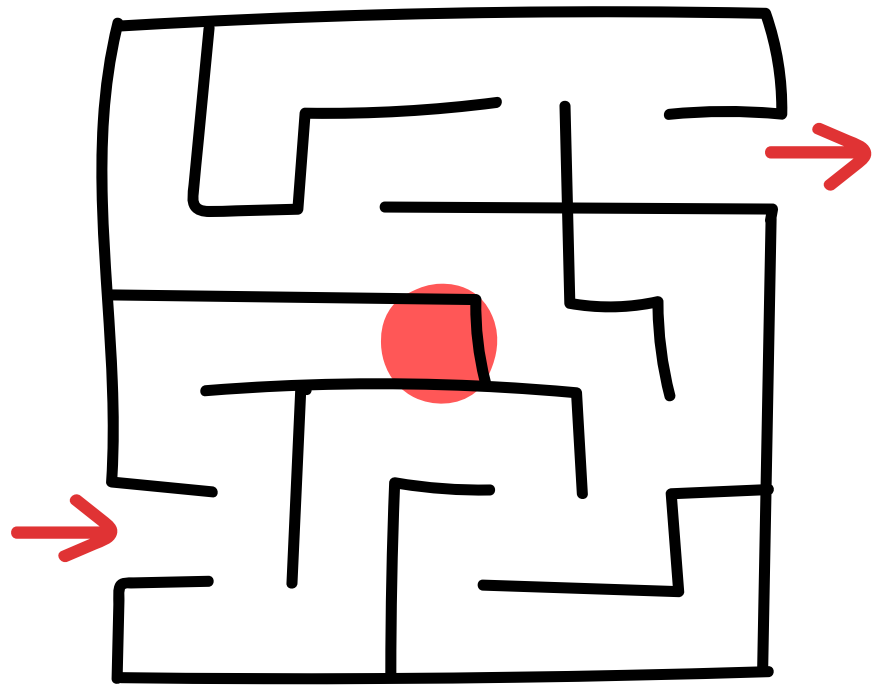




Cuando CUCHICHEAN
me siento fuera de lugar.



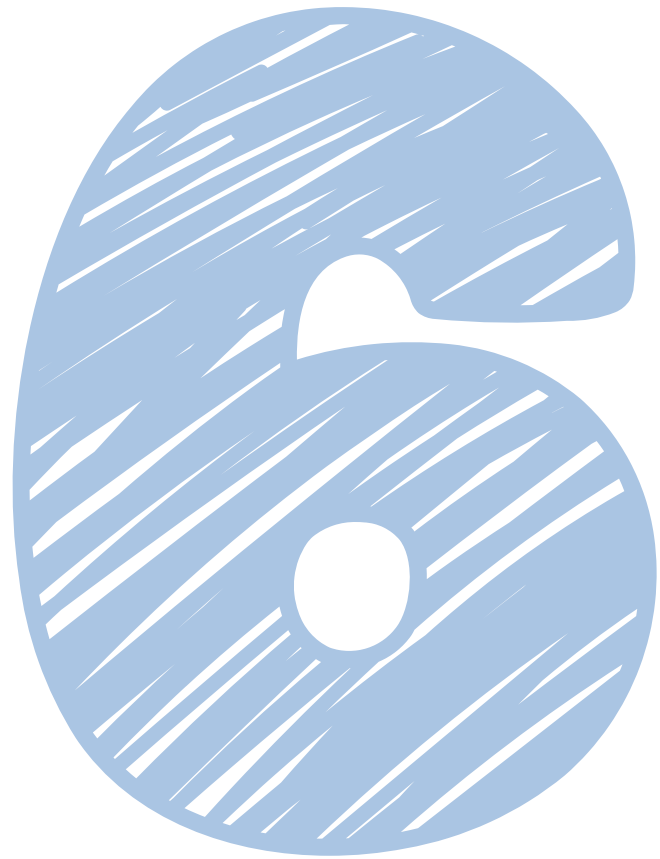
Cuando no me
HABLA
me siento perdido.



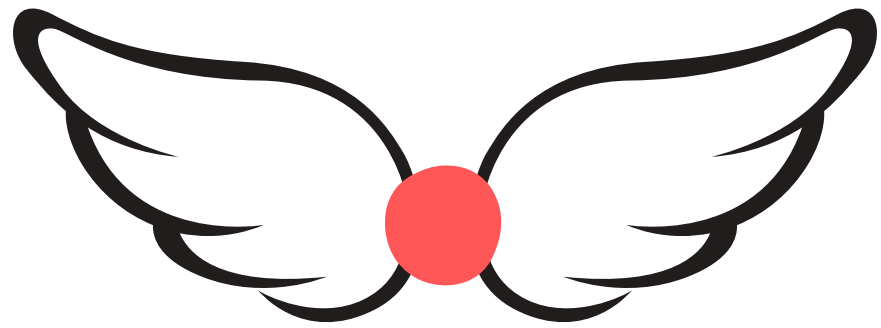


Cuando no me
ESCUCHA soy un mar
de dudas.



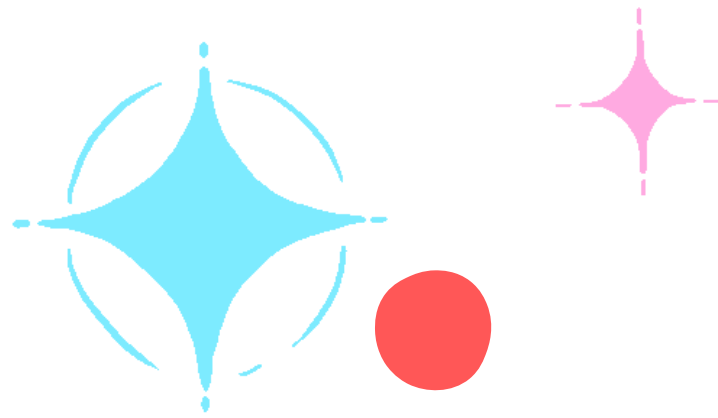


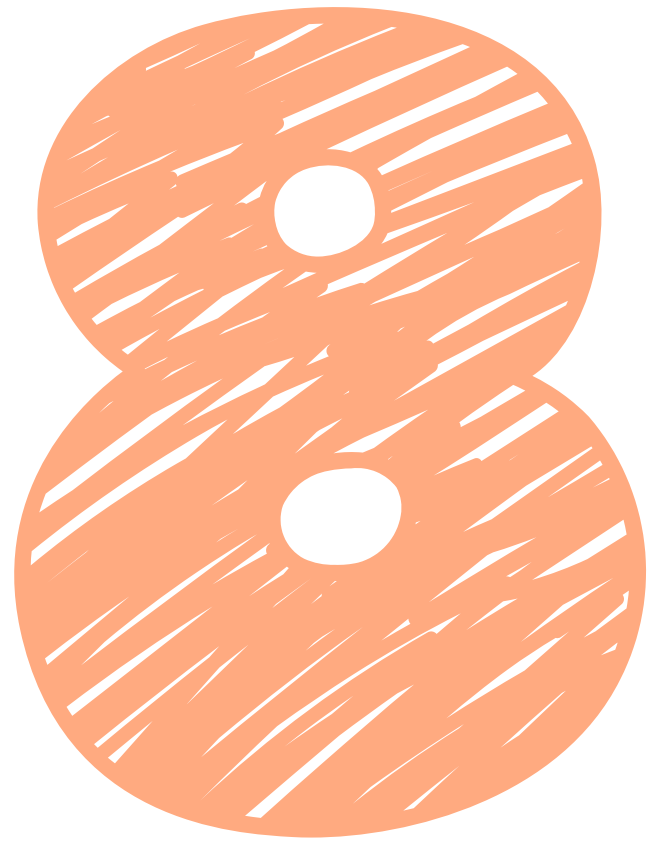
Sus caricias y mimos
me hacen volaaar.





A su lado, noto que brillo.





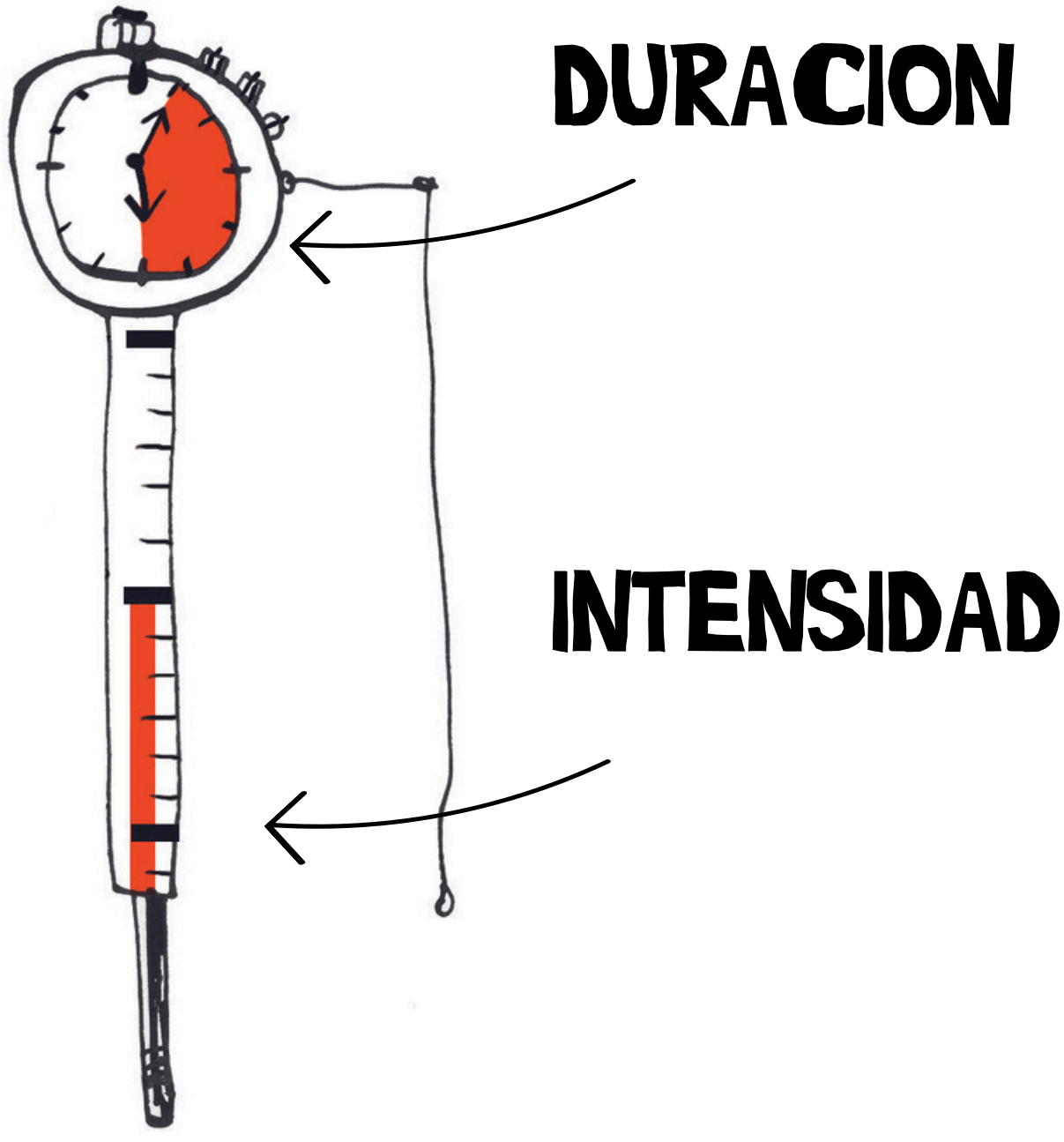
Cuando me abraza no
quepo en mí



¿Has averiguado que emoción te invade en cada escenario?

¿Cuánto dura esa emoción que experimentas?

¿Y cuál es su intensidad?



Y si esa emoción te invade...
¿Sabes cómo volver a C.A.S.A.?





Yo te enseño a fabricar tus propios

ANTÍDOTOS EMOCIOALES.

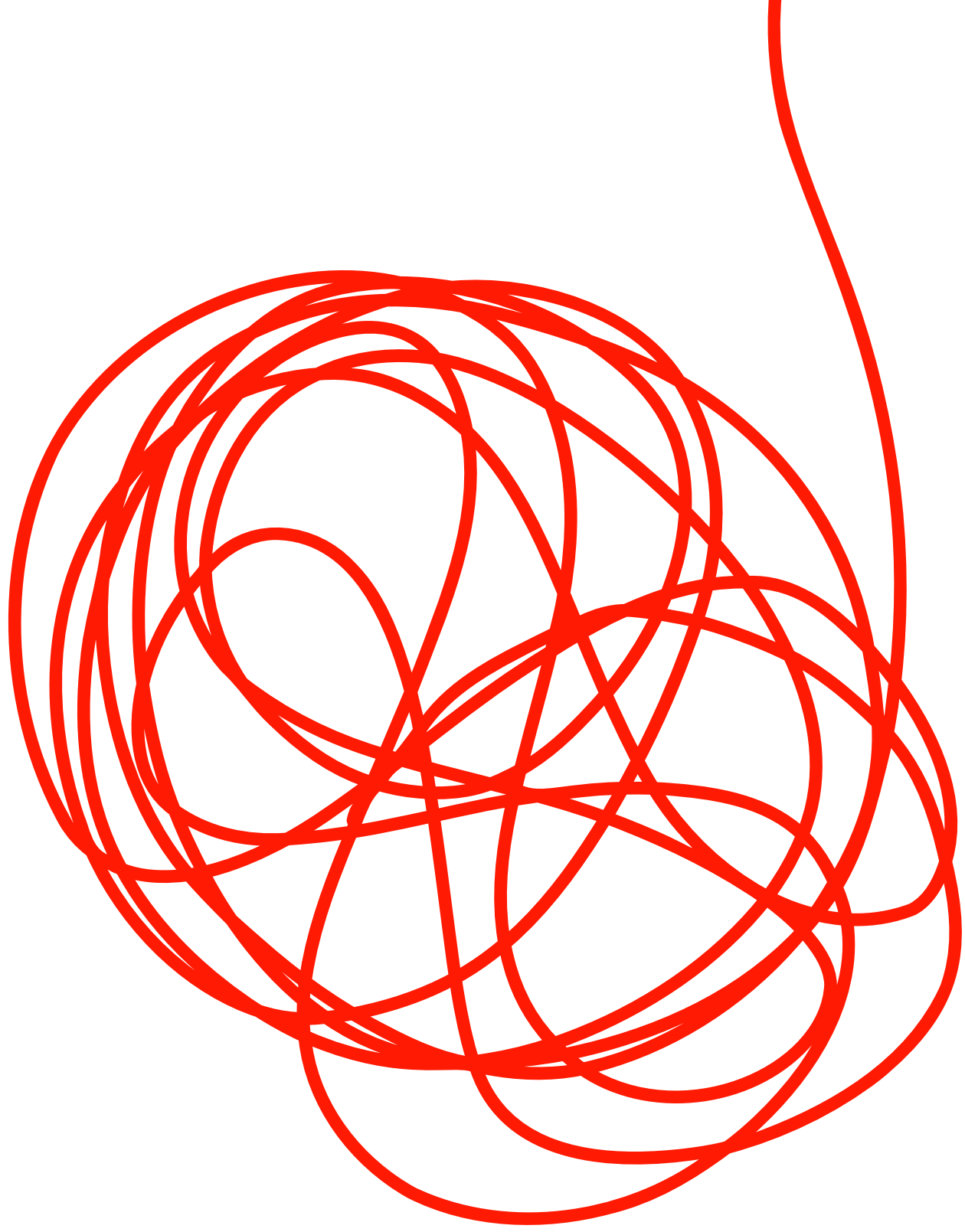
¡¡¡GENIAL!!!

¡Has participado de manera maravillosa! Esperamos que hayas disfrutado de esta actividad.

Ahora, busca situaciones en la historia de Amets que te evoquen estas emociones que acabas de explorar. Y descubre tus antídotos para volver a C.A.S.A. .

Comparte con tu familia tus impresiones y conversad sobre cómo cambia vuestro estado de ánimo en los diferentes escenarios..





Eskutik | Emozioak

begoñazpi
ikastola