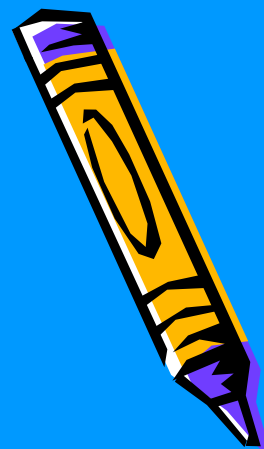




МОИ



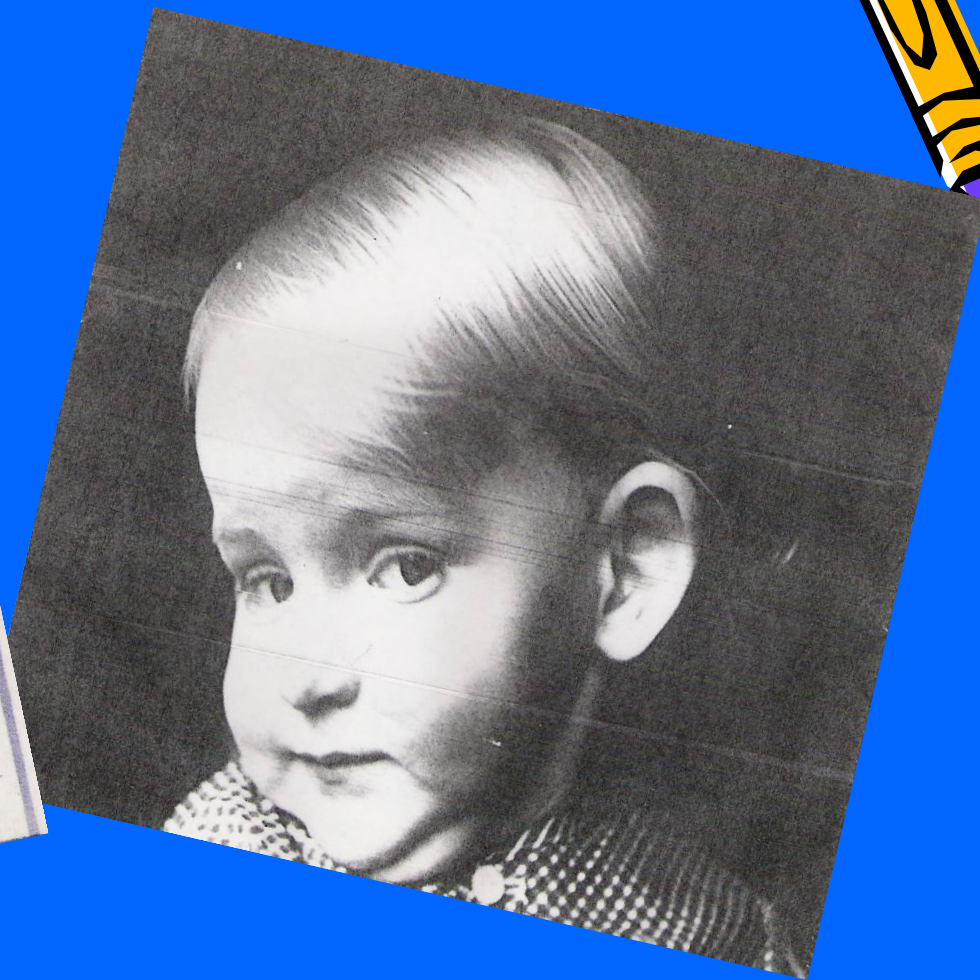
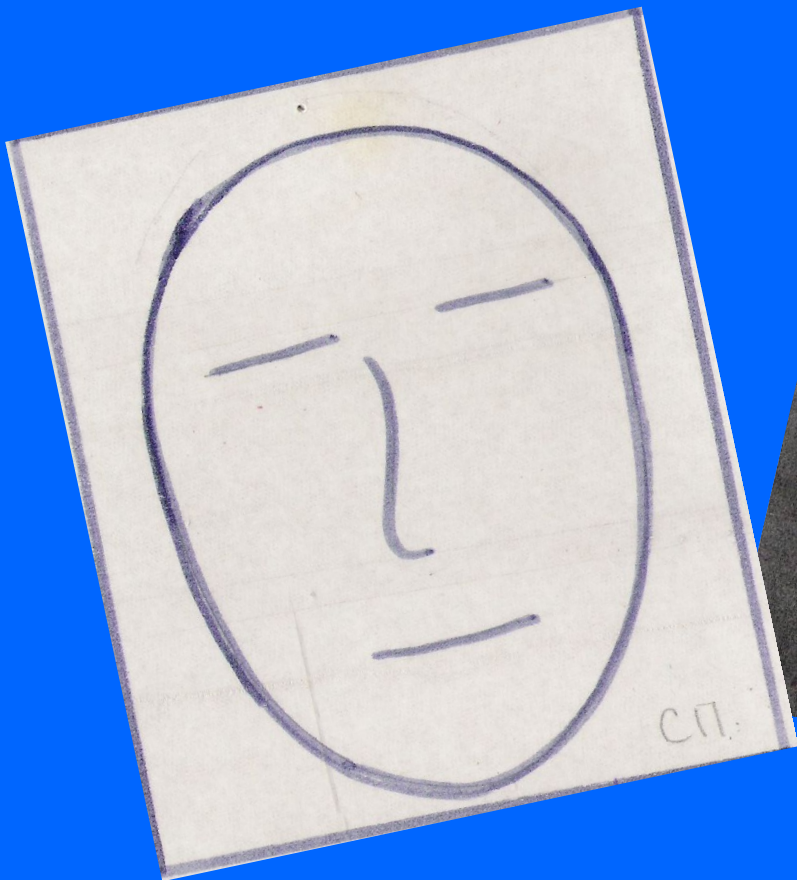
ЭМОЦИИ





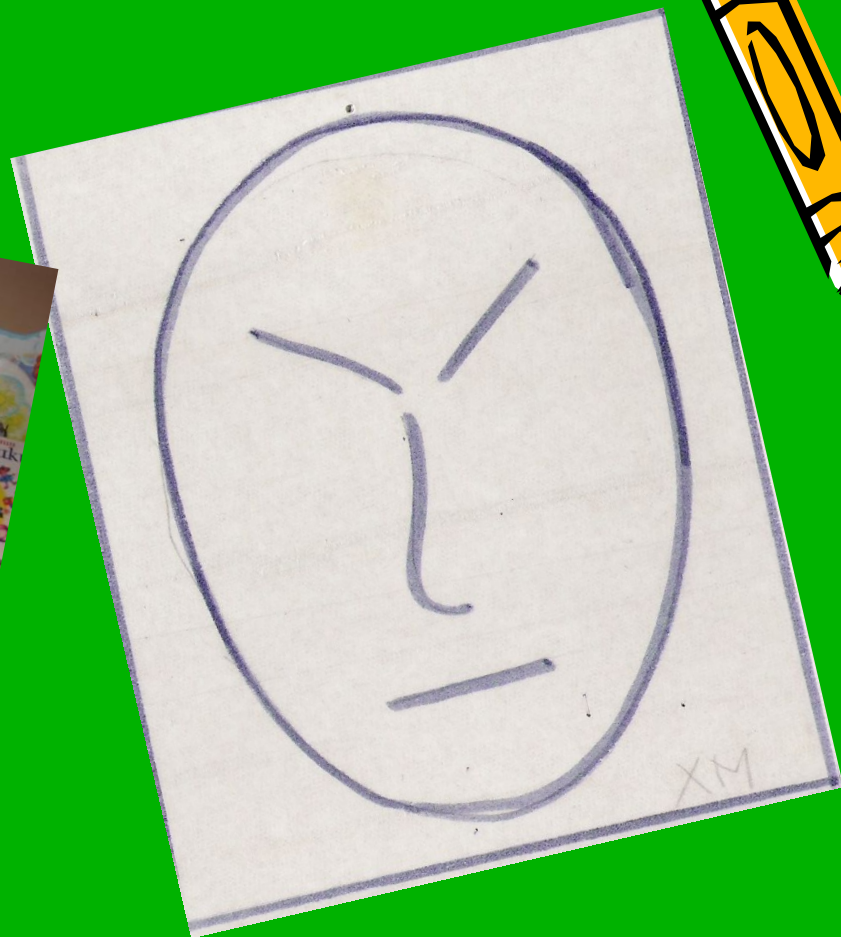
Радость





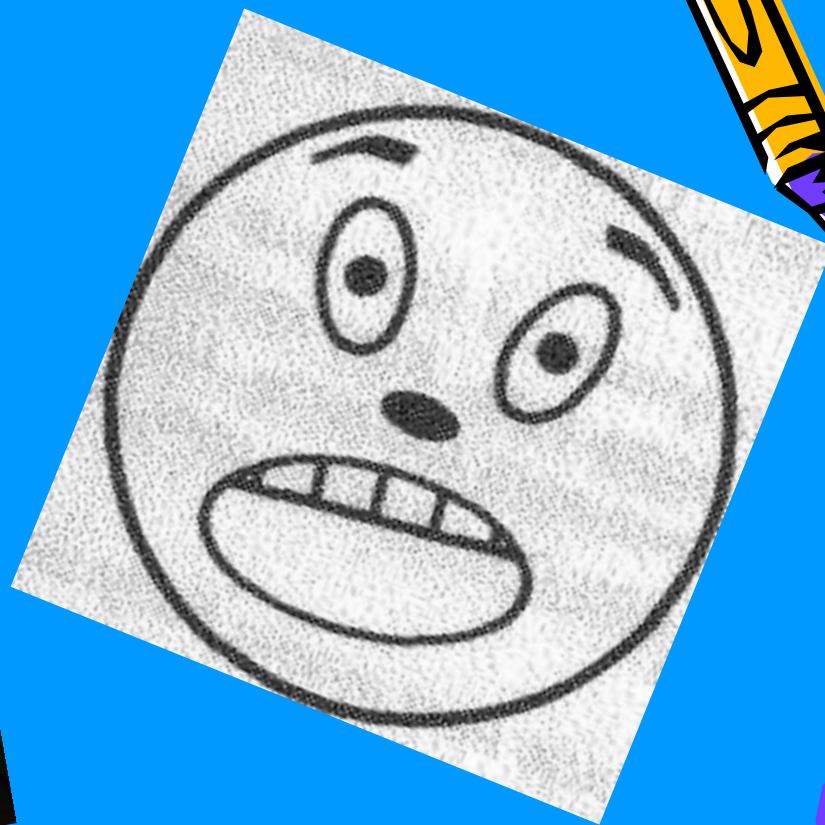
Спокойствие





Хмурость



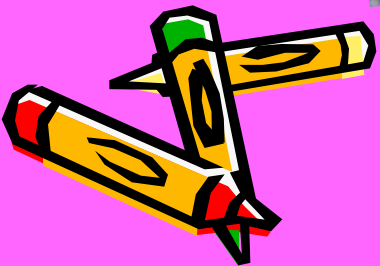


Страх





Удивление



Злость





«Вина»

Упражнение:
«Тренируем свои эмоции»

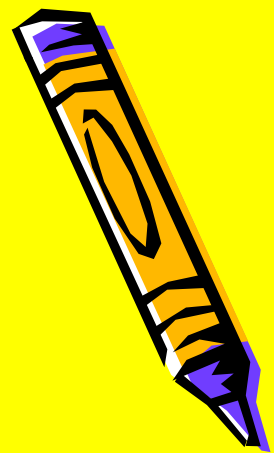
Нахмурьтесь, как

- осенняя грозовая туча;
- как рассерженный человек;



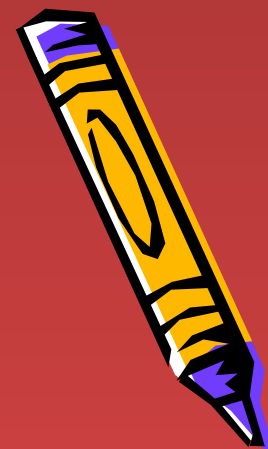
Улыбнитесь, как

- кот на солнце;
- как самый счастливый человек на свете;
- как хитрая лиса.



Разозлитесь, так

- как ребенок, у которого отняли любимую игрушку;
- как человек, которого ударили.



Испугайтесь, как

- как котенок, на которого лает собака;
- как ребёнок, потерявшийся в лесу.



Устаньте, как

- папа после работы;
- как муравей, притащивший большую соломинку.

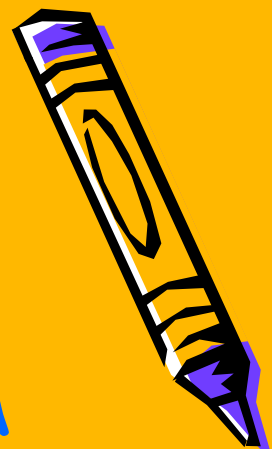
Отдохните, как

- путник, прошедший длинный путь;
- как ребёнок, который много потрудился;





- Засмейтесь самым
счастливым смехом.



- Удивитесь так, как будто
вы увидели чудо.



МОЛОДЦЫ!

