

Twarz mamy często się zmienia. Narysuj ją, kiedy jest uśmiechnięta, zdziwiona, smutna, kiedy się gniewa lub jest zmęczona.



Zanim dziecko zacznie rysować, pobawcie się w robienie min wyrażających różne emocje. Pokażcie sobie nawzajem, jak wyglądacie, gdy jesteście smutni, radośni lub zawstydzeni. Staraj się jak najczęściej rozmawiać z dzieckiem o emocjach. Nazywaj emocje, które widzisz na jego twarzy. Mówcie o tym, co mogło je wywołać i co można zrobić, żeby je wyrazić lub jak sobie z nimi poradzić, gdy są trudne (np. ze złością lub smutkiem). Opowiadaj dziecku również o swoich emocjach i ich przyczynach.