

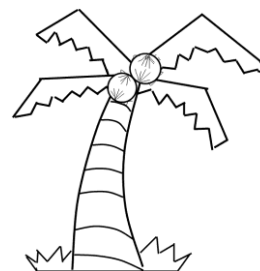
VI. DEZVOLTAREA EMOȚIONALĂ

27. Palmierul emoțiilor

Obiectiv: dezvoltarea emoțională prin identificarea paletii de trăiri afective experimentate în diferite situații

Metodă terapeutică: colajul

Materiale: Anexa VI.1 „Palmierul emoțiilor”, ascuțitoare, creioane colorate, resturi rămase de la ascuțirea creioanelor (colorate), lipici



Etape:

- Analiza trăirilor afective pe care le poate simți o persoană și asocierea lor cu culori (în acest moment vor fi alese creioanele în funcție de culorile pe care le menționează copilul ca fiind reprezentative pentru emoția respectivă);
- Analiza palmierului din Anexa VI.1;
- Discutarea pe scurt a climei specifice zonelor unde cresc palmierii cu accent pe:
 - zilele însorite, frumoase, călduroase, liniștite;
 - zilele în care sunt furtuni, vânturi puternice, tunete și fulgere.
- Asocierea dintre diversitatea trăirilor afective pe care le simțim noi ca oameni (pozitive precum: bucuria, entuziasmul, fericirea etc.; negative precum: tristețea, frica, furia, spaima etc.) și diversitatea zilelor pe care le înfruntă un palmier pentru a crește mare;
- Ascuțirea creioanelor (alese în prima fază a activității) de către copil împreună cu consilierul;
- Lipirea resturilor rămase de la ascuțirea creioanelor pe trunchiul palmierului;
- Discuții finale cu privire la modul în care copilul s-a simțit pe parcursul activității și ce anume a învățat.



Este important ca trunchiul palmierului să fie multicolor (atâtea culori câte emoții a identificat copilul în prima parte a activității) pentru a reliefa multitudinea de trăiri pe care le simțim de-a lungul vieții.

Alte idei:

- Dacă avem în consiliere un preșcolar, iar motricitatea sa fină nu permite acțiuni precum ascuțirea creioanelor, este de preferat ca acest lucru să-l realizeze consilierul, înainte începerii activității;
- La finalizarea activității putem să-l lăsăm pe copil să adauge elemente noi peisajului (de exemplu: soare, nori, mare, nisip etc.), dacă acesta dorește (în acest fel putem să aflăm și alte informații despre trăirile copilului, gândurile acestuia, relaționarea cu ceilalți etc.)

Se mai poate utiliza și în...:

*stimă de sine scăzută (diversitatea culorilor va reprezenta, în acest caz, calități și defecte, disputând astfel cogniții precum „Nu sunt bun de nimic!”)

**stabilirea relației consilier-copil/cunoașterea copilului (fiecare va lipi o bucată din resturile rămase de la ascuțirea creioanelor, spunând câte un lucru despre propria persoană)

***depresie (multitudinea de culori va simboliza atât momente rele, cât și momentele plăcute din viața noastră, disputând astfel cogniții precum „Toată viața mea e oribilă!”)

ANEXE

Anexa VI.1 *Palmierul emoțiilor*

