

EMOCE

Moje vědomá reakce

1. INTUITIVNÍ TANEC, POZORNOST DO TĚLA A K DECHU
2. VYPLNĚNÍ PRACOVNÍHO LISTU
3. PROŽITEK MEDITACÍ
4. SEBEREFLEXE, INTUITIVNÍ PSANÍ NEBO KRESBA

NEPŘÍJEMNÁ EMOCE DÍTĚTE, V JAKÉ SITUACI, JAK REAGUJE?

CO SE UDÁLO DŘÍVE TÉHOŽ DNE? NĚCO PRO NĚJ NÁROČNÉHO?
NEOBYKLÉHO? JAK BYLO DÍTĚ VYSPÁNO?

JAKÉ EMOCE A TĚLESNÉ POCITY VE MĚ EMOCE DÍTĚTE, JEHO
REAKCE A CELÁ SITUACE VYVOLALA?

JAKÁ BYLA MOJE REAKCE, AKCE?

JAK SE V PODOBNÉ SITUACI ZACHOVÁM PŘÍŠTĚ?