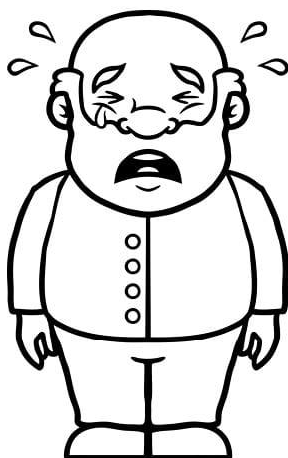


Jak według Ciebie wygląda SMUTEK? Narysuj.

Użyj kolorów, które kojarzą Ci się ze smutkiem.

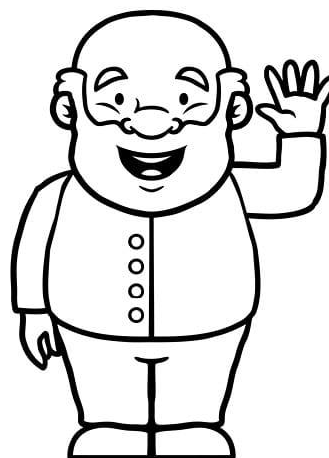


1. Co robi dziadek? Pokoloruj na żółto odpowiednie wyrazy. Czy dziadek jest wesoły, czy smutny? Zaznacz właściwe odpowiedzi.



śmieje się

placze



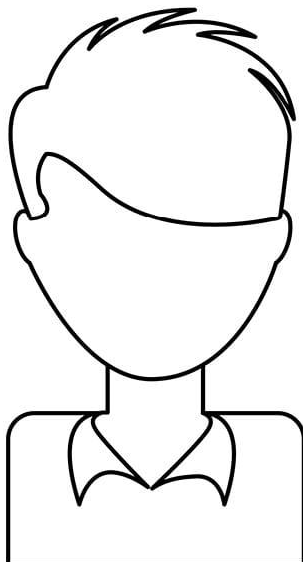
śmieje się

placze

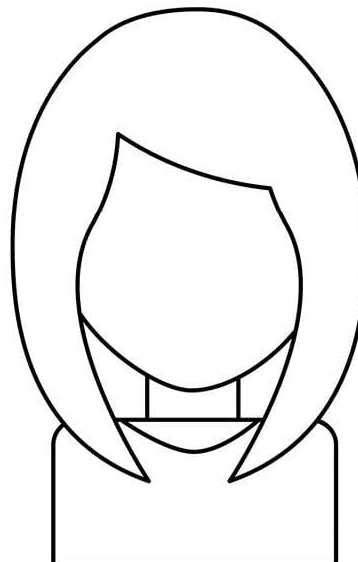


2. Przeczytaj zdania. Dorysuj dzieciom buzie.

Jestem wesoły.



Jestem smutna.



Jestem wesoły, smutny lub odważny. Dzień 1

KIEDY CZUJĘ SMUTEK MYŚLĘ...



Kiedy jest mi źle pomaga mi...

Czasami zdarzają się momenty, w których jest nam źle, czujemy się smutni. To co nam w tych chwilach pomaga może się u każdego różnić. Pomyśl co Tobie pomaga kiedy jest Ci smutno? Wypisz te rzeczy poniżej.



Co mi pomaga, gdy odczuwam smutek?

- Rozmowa z kimś bliskim (mama, tata, brat/siostra, przyjaciel), z kim?
- Gra na komputerze/telefonie
- Uprawianie sportu
- Czytanie książek
- Słuchanie muzyki
- Jedzenie, np. słodczy
- Oglądanie TV
- Spanie
- Wygłupianie się
- Płacz
- Zabawa
- Przymylenie się do kogoś
- Rysowanie
- Pisanie w pamiętniku
- Gotowanie
- Inne, jakie?