

# Złość - jak sobie z nią radzić?

Uczniowie zastanawiali się, dlaczego tak ważne jest panowanie nad wybuchami złości. Każdy wykonał swój własny termometr złości, który pomógł zrozumieć, jak dane sytuacje wpływają na nasze emocje. Dzieci miały okazję wcielić się w aktorów i na własnym doświadczeniu obserwować, które zachowania prowadzą do kłótni, a które pomagają jej uniknąć. Poznali zabawne sposoby na unikanie wybuchów agresji i kłótni. Niektóre z nich zaczęły testować nowe rozwiązania od razu na przerwie!

Nauka poprzez zabawę i doświadczenie jest niezwykle efektywna, również w psychoedukacji. Rozbudzenie pozytywnych emocji i wielozmysłowe oddziaływanie optymalnie pobudza mózg dziecka. Na zakończenie uczniowie wykonali kwiaty komplementów, które następnie wzajemnie sobie wręczyli.

Dzień zakończył się dużą dawką humoru i życzliwości.