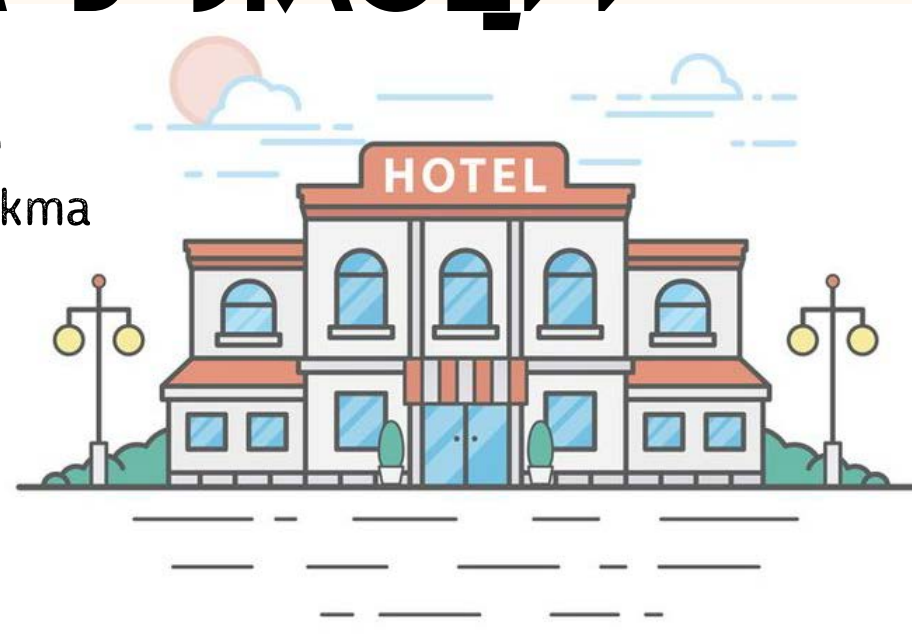
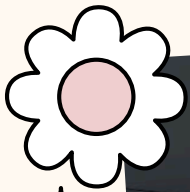


ГРАНД-ОТЕЛЬ ЭМОЦИЙ

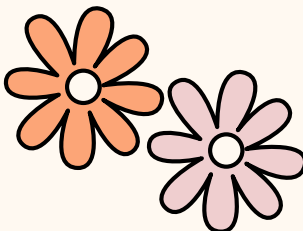
тренинг на развитие
эмоционального интеллекта





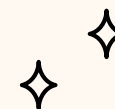
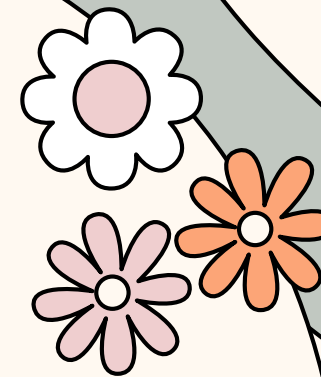
Ведущий тренинга – **НАТАЛЬЯ ЕРЕМИНА**
Руководитель тренингового направления
в Детском Департаменте Тимсофт,
практикующий психолог для детей и родителей,
подростковый психолог,
арт-терапевт

<https://teamsoft.ru/o-nas/nashi-trenery/natalya-eremina/>



ЦЕЛЬ ТРЕНИНГА:

научить детей распознавать и выражать свои эмоции, а также развивать эмоциональный интеллект через игровые техники и творческую деятельность



ПЛАН ТРЕНИНГА



01 | ЗНАКОМСТВО ДЕТЕЙ С ОСНОВНЫМИ ЭМОЦИЯМИ И ЧУВСТВАМИ

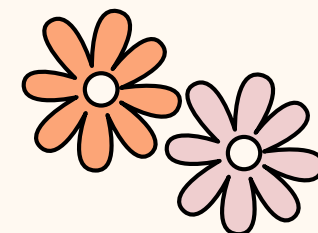
Объяснение метафоры отеля, где каждая комната – эмоция или чувство

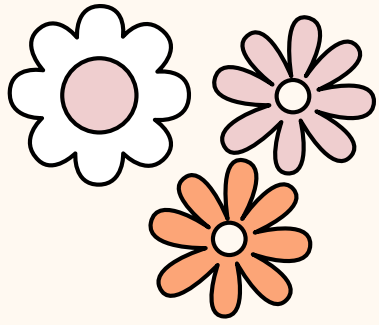
02 | УЧИМСЯ РАСПОЗНАВАТЬ И ВЫРАЗАТЬ СВОИ ЭМОЦИИ В ИГРОВОЙ ФОРМЕ

4 комнаты основных эмоций, чемодан чувств

03 | СОЗДАЕМ СВОЙ ЛИЧНЫЙ «ДНЕВНИК ЭМОЦИЙ»

Каждый ребенок из полученного набора материалов создает собственный «дневник эмоций»





ЧТО ВАС ЖДЕТ НА ТРЕНИНГЕ

На тренинге мы попадем в **ГРАНД-ОТЕЛЬ ЭМОЦИЙ**, в котором необычные номера и постояльцы – в них живут эмоции и чувства. Мы будем знакомиться с ними – через сказку, игру и короткие видеоролики. Будем собирать и рассматривать наш личный **ЧЕМОДАН ЧУВСТВ!**

Получим *ответы на вопросы:*

- как формируются эмоции и чувства?
- как справляться с неприятными эмоциями?
- что можно сделать, когда мы чувствуем злость или страх?

Все вместе подберем **КЛЮЧИ К ЧУВСТВАМ** – простые действия и арт-методики, которые помогают справляться с эмоциями.

На тренинге мы создадим **ДНЕВНИК ЭМОЦИЙ**, куда ребята смогут записывать свои переживания и наблюдения о чувствах.

