**Dzień III W płaczu nie ma nic złego** (zapoznanie ze sposobami radzenia sobie ze smutkiem)



[źródło: karlitka.blogspot.com]

1. **„Co Czujesz?”**

**Gdy ci smutno..**.

Dominika Niemiec

Gdy ci smutno, gdy ci źle,

przyjaciel zawsze wesprze cię.

On cię przytuli, otrze z twarzy łzy.

Pomoże nawet wtedy, gdy

nie wie do końca, skąd ten smutek w tobie,

lecz razem dacie z nim radę sobie.

Bo wasze serca czują tak samo,

a to właśnie kiedyś empatią nazwano.

Pytania do wiersza:

* Dlaczego można się smucić?;
* Kto może pomóc, gdy jest smutno?;
* W jaki sposób może pomóc przyjaciel, jak może wesprzeć?;
* Co to jest empatia?.

1. **„Jak pomóc?”**- proszę porozmawiać z dzieckiem jak pomóc kiedy dziecko przewróci się i rozbije kolano, gdy płacze bo zgubiło swojego ulubionego misia, dziecko płacze bo inne dziecko go uderzyło. Może uda się znaleźć ilustracje na ten temat w książeczkach, które mają dzieci.
2. **„Pociesz przyjaciela**” –do pokazania scenki dramowej bardzo potrzebny będzie rodzic lub inny członek rodziny. Dziecko w będzie odgrywać wylosowane zdarzenie. Druga osoba ma zadanie okazać mu wsparcie i je pocieszyć. Dziecko losuje karteczkę z pudełka, na której jest zadanie – treść zdarzenia odczytuje Rodzic (*np. dziecko biegło, przewróciło się, stłukło kolano i płacze; dziecko bawiło się różnymi zabawkami i gdzieś zgubiło swojego ulubionego misia)*. Zwróćcie uwagę na wykonywane przez dziecko gesty oraz zachęcajcie do swobodnych wypowiedzi.
3. **„Przytulę cię”**

*Przytulę cię mocno, nie jesteś sam,*

*w kłopocie przyjaciel pomoże ci i humor wróci już*

Warto się przytulić i uściskać z dzieckiem, okazać mu czułość, a może masażyk?

<http://zabawaprzedszkolaka.blogspot.com/2011/03/filmiki-wierszyki-masazyki.html>

1. **„Pocieszanka” – praca z wykorzystaniem Wyprawki** s.38. Dziecko wypycha wszystkie elementy, komponuje wesołe buzie według własnego pomysłu, w odpowiednim momencie wręcza komuś, kto potrzebuje pocieszenia. ( klej, bibuła, włóczka)
2. **Poznanie sposobów radzenia sobie ze smutkiem** np. taniec na poprawę humoru:

<https://youtu.be/SRCOQBG_-xs>

<https://youtu.be/-SunxI9abDo>

<https://youtu.be/msSo-qqdiuA>