

Introducere

Ajuta copiii sa exerseze gestionarea emotiilor cu acest set fascinant de eprubete senzoriale!

Fiecare dintre cele 4 eprubete colorate ofera un design unic si fascinant pentru o joaca independenta si de lunga durata. Aceste sticlute, sigilate si usor de manevrat, ii vor ajuta pe copii sa devina elevi silitionari care raspund pozitiv oricarei provocari! Acest ghid include trucuri pentru a incepe invatarea socio-emotionala in orice mediu.

Mediul de invatare socio-emotional

A invata sa gestionezi emotiile puternice, sa raspunzi pozitiv situatiilor stresante si sa te intelegi cu ceilalti este o parte foarte importanta in dezvoltarea infantila. Copiii care au abilitati socio-emotionale puternice sunt constienti de sentimentele lor si le afiseaza corespunzator si pozitiv. Ei sunt constienti, de asemenea, de sentimentele celorlalti si interactioneaza cu empatie si respect fata de semenii lor. Aceste abilitati sunt temelia succesului personal si academic. Abilitatile socio-emotionale sunt abilitati care se invata. Copiii au nevoie, de cele mai multe ori, de resurse externe pentru a-i ajuta sa inteleaga cum trebuie sa raspunda in momentul in care sunt suparati sau suprasolicitati. Setul de eprubete senzoriale ofera copiilor indicii pentru a-i ajuta sa isi stapaneasca emotiile puternice, sa-si calmeze mintea si corpul si sa exerseze concentrarea in liniste.

Cum incepem

Incurajeaza copiii sa interactioneze cu setul de eprubete senzoriale. Copiii nu vor intelege imediat cat de relaxante sunt eprubetele. Daca ghidezi copiii sa scuture, sa intoarca, sau sa se joace cu eprubetele, acestea isi vor introduce efectul calmant. Fiecare eprubeta necesita o cantitate de timp diferita pentru a se aseza si ofera un anumit tip de interactiune ochi-mana. Permite-i copilului sa aleaga ce eprubeta il va ajuta sa se calmeze si sa se concentreze.

Daca un copil simte nevoia sa apese pe ceva pentru a se calma (lucruri pe care sa le stranga cu manutele, jucarii sau paturici), poate sa ruleze eprubeta pe o masa sau pe o podea cu mainile sau cu picioarele. Aceasta adauga un plus de experienta copiilor care au nevoie de un pic mai mult input senzorial.

Pastreaza eprubetele la indemana. Unii copii este posibil sa aiba nevoie de un adult drept model, pentru a intelege cum sa utilizeze eprubetele; de asemenea, nu o sa dureze foarte mult pana cand copiii vor cauta singuri eprubetele pentru a-i ajuta sa se autoregleze.

Sfaturi si trucuri

Concentreaza-te pe miscari relaxante

Daca copiii sunt suparati sau suprasolicitati, incurajeaza-i sa se concentreze pe miscarea din interiorul eprubetei. Aceasta va scadea automat bataile inimii si respiratia din moment ce isi concentreaza atentia acolo. Incurajeaza-i pe copii sa constientizeze modul in care respira prin sincronizarea acesteia cu miscarile din eprubeta. Aceasta ii face pe copii mult mai constienti si mai responsabili in gestionarea emotiilor.

Vorbete despre sentimente

Extinde constientizarea socio-emotionala a copilului prin asocierea conversatiilor despre sentimente cu eprubetele senzoriale. Daca un copil este suprasolicitat, nervos sau suparat, intreaba-l lucruri specifice legate de sentimentele lor (cum ar fi: "Simti cumva o incordare sau o incalzire in corpul tau? Sau alte sentimente? Unde simti asta?"). Apoi invita-i sa se indrepte spre o stare concentrata, calma in timp ce se joaca impreuna cu eprubetele. Acest fapt atrage atentia asupra modului in care corpurile lor se simt atunci cand sunt suparati, atunci cand sunt calmi si strategiile pe care le pot folosi pentru a se ajuta singuri si cum pot comunica eficient despre sentimentele lor.

Exerseaza observarea

Ajuta-i pe copii sa observe si sa comunice!

Vorbete cu ei despre schimbarile si miscarile pe care le vedeti impreuna in interiorul eprubetei. Daca invata acele abilitati de observare cu ajutorul eprubetelor, copiii vor putea sa observe si sa descrie sentimentele in amanunt: cum se simt pe masura ce se calmeaza si felul in care sentimentele lor au impact asupra alegerilor lor.

Directionarea energiei si concentrarea

Copiilor le place sa apese pe butoane! Daca un copil simte nevoia sa aiba mai mult control pe parcursul jocului, atunci incurajeaza-l sa intre in contact cu eprubeta care are un buton. Butonul interactiv le permite copiilor sa creeze diferite modele de miscari in interiorul eprubetei. Aceasta concentrare externa ii ajuta pe copii sa isi directioneze corect energia pe masura ce se calmeaza.