



PENSO, LOGO CRESCÇO

"Vamos de Férias"

Atividade

Objetivo

Proporcionar um maior autoconhecimento e reconhecimento das emoções e pensamentos.

Materiais

Folhas, cartolina, lápis, marcadores

Explicação

Imagina que vais de férias, pensa agora num sítio onde gostavas de ir e desenha-o. De seguida tenta responder às seguintes questões filosóficas:

- Porque é que escolheste esse sítio?
- Quais são as principais atividades que gostavas de fazer nessas férias?
- Quem gostavas de levar contigo para esse sítio? Explica o porquê.
- Se pudesses oferecer umas férias a alguém que conheces, quem seria? Explica o porquê.
- Gostavas de ir de férias agora ou em outra altura do ano?
- Quais são os sentimentos que guardas quando te lembras de outras férias?

Sugestões

- Pede a alguém da tua família que faça as perguntas
- Pesquisa mais sobre o sítio onde gostavas de ir de férias

#FiqueEmCasa

MAIA

Sorrir
para
a Vida.

