

Duygularımı İfade Ediyorum

“Duygularımı İfade Ediyorum” kart seti, çocuğun kendi duygularını keşfetmesini ve rahatça ifade etmesini destekleyen profesyonel bir araçtır. Her kartta, çocuğa hayatın içinden çeşitli konularla ilgili sorular yöneltilir. Örneğin, “Bugün seni en çok ne mutlu etti?” veya “Bir arkadaşın seni üzdüğünde nasıl hissediyorsun?” gibi sorular sayesinde çocuk, duygularını sözlü olarak paylaşma fırsatı bulur. Bu kartlar; ebeveynler, eğitimciler, psikolojik danışmanlar ve psikologlar tarafından hem grup çalışmaları sırasında hem de bireysel görüşmelerde rahatlıkla kullanılabilir.

Setin temel amacı, çocukların duygusal farkındalığını artırmak ve kendini ifade etme becerilerini güçlendirmektir. Her kart; empati, iletişim, kendini tanıma ve duygusal dayanıklılık gibi sosyal-duygusal gelişim alanlarına katkı sağlar. Sorular, günlük hayattan örneklerle çocukların ilgisini çeker, güvenli bir ortamda iç dünyalarını paylaşmalarına imkan sağlar. Bu sayede çocuklar, hem kendilerini hem de başkalarını daha iyi anlayarak sağlıklı ilişkiler kurmaya başlar, duygularını ifade etmeyi öğrenirler.

Türkiye'de ilk Defa

çocukların duygusal gelişimini destekleyen
Terapötik içeriklerle zenginleştirilmiş
4 farklı duygu seti.



**Aileler, psikolojik danışmanlar,
psikologlar ve bütün eğitimciler,
çocuklarla olan çalışmalarında
rahatlıkla kullanabilirler.**

**Her bir kutuyu, ayrı ayrı kullanabilirsiniz.
Fakat, maksimum fayda elde etmek için
4 farklı duygu setinin tamamını
kullanmanızı tavsiye ediyoruz.**



Bu aralar, en çok
neyin hayalini
kuruyorsun? Hiç
gerçekleşen bir
hayalin oldu mu?

Gerçekleşmesinin
çok zor olduğunu
düşündüğün bir
hayalin var mı?





**Kimlere karşı daha
şefkatli
davranırsın?**

**Sana kim şefkatli
davranır?**





**Kendini cesur
hissettiğın bir anını
paylaşır mısın?**

**Her zaman cesur
hissedebilir miyiz?**





**Sevdiklerini mutlu
etmek için neler
yaparsın?**

**Peki seni neler
mutlu eder?**





**Kendini huzurlu
hissettiğin bir yerler
hayal edip anlatır
mısın?**

**Peki, kendini
kimlerin yanında
huzurlu hissedersin?**





**Sevinçli
olduğın zaman
bunu nasıl
gösterirsin?**

