

## Тренинг «Палитра наших эмоций»

22 февраля в рамках Психологических гостиных с педагогами был проведен тренинг. Целью которого было развитие эмоциональной грамотности и обучение способам эмоциональной разрядки.

Был проведен блиц-опрос какие эмоции педагоги знают. Затем педагог-психолог провела мини лекцию какие основные эмоции выделяют и как можно передавать эмоции с помощью жестов, мимики, интонации и т.д. Были предложены игровые ситуации, где педагоги потренировались передавать эмоции.



Затем педагогам было предложено сделать коллаж на тему «Что такое счастье». С большим интересом педагоги стали выполнять задание. Зашумели листы журналов, работа закипела.

По завершению работы с ножницами и клеем, педагоги презентовали свою работу. Каждый хотел рассказать, что для него означает слово счастье.

