

RELATÓRIO DE EMOÇÕES	QUANDO	MINHA REAÇÃO E COMO ME SINTO	O QUE EU POSSO FAZER	O QUE _____ PODE FAZER PARA AJUDAR	O QUE O FAÍSCA PODE FAZER PARA AJUDAR
BOM					
ÓTIMO					
REGULAR					
RUIM					
HORRÍVEL					

### Por onde eu começo

- 1 O primeiro passo é trabalhar com as crianças o reconhecimento das emoções e estados físicos em si mesmo e no outro. Esse assunto foi abordado especificamente no livro “Faísca explica: As emoções” e em seu Manual de Apoio.
- 2 Depois, deve-se mapear em quais momentos a criança comumente apresenta emoções e estados agradáveis e desagradáveis, tal como retratado no livro “Faísca explica: Quando é bom pedir um tempo”.
- 3 A identificação das situações que geram algum tipo de descontrole emocional facilita a criação de estratégias que evitem tal situação ou que a superem de forma mais eficiente.
- 4 Use as dicas e planilhas para guiar seu caminho e facilitar a interação com a criança. O modelo acima é similar ao que foi preenchido pelo Gui nas páginas 20 e 21.

