SPELA MED LILLIS & MO

Ringa in känslorna i olika färger och rita sen var i kroppen känslan brukar kännas för dig. Du kan behöva känna efter lite.

Start

Vad gör dig glad?

Stresstormen blåser!
Golvet är varmt som lava.
Hoppa fram tre steg.

Testa! Andas in luft och blås ut den.

Skamgegga.
Du sjunker ner.
Ta ett steg bakåt.

Testa!
Skaka hela kroppen som en blöt hund.

Glatt och glittrigt!
Ta fyra dansteg framåt.

Testa! Gör hela kroppen stel som is och sen sakta smälta. Mjukt och skönt.

Isande oro.
Du vågar smyga fram ett steg.

Iskan blixrar!
Stopp- tänk och kör spåret åt sidan.

Testa!
Ge dig själv en fjärliskram.

Kvar i det ledsna molnet. Trösta dig själv med fyra steg fram.

Stolthetens mantel ger dig flykraft, flyg 3 steg!

Vad har du för superkrafter?

Mål!

Hurra! Du har varit på Känsloäventyr!

Rädda Barnen

BONNIER CARLSEN

KÄNSLOÄVENTYRET

© Hanna Thermaenius och Klara Nordin Stensö