



Secretaria de  
Educação



## EDUCAÇÃO INTEGRAL



Às famílias

### COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS

Atividades para desenvolver as habilidades socioemocionais em casa – **MINHA CARTA**

Como indivíduos, sempre nos preocupamos em saber que impressão causamos nos demais, ou seja, o modo como os outros nos veem. Para promover o autoconhecimento nas crianças, usaremos esta atividade.

Em que consiste a atividade? Você pode envolver outros membros da família; cada um deve ter lápis e papel e pensar em coisas positivas sobre os outros. O objetivo é escrever sobre aspectos positivos. Desenvolvimento da atividade: Cada participante cola uma folha nas costas e se forma um círculo. Em seguida, os outros escrevem qualidades positivas que enxergam nesta pessoa. Isso faz parte do autoconhecimento. No final, cada um lê sua própria carta.

O que se espera alcançar?

Promover a interação da criança com os demais, de maneira que todos possam refletir sobre como se sentem e sobre como veem os outros, além de poder expressar e descrever seus sentimentos pelos outros. Além disso, permite formar uma ideia de como os demais enxergam a criança, que pode ser muito diferente da forma como ela mesma se vê.

