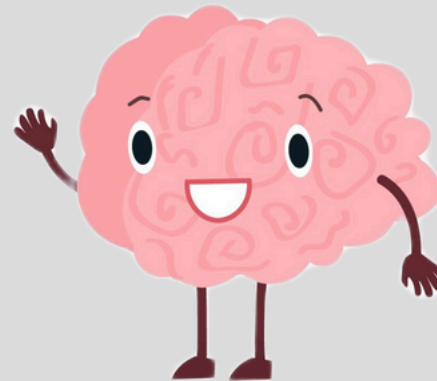


Cum te simți?

Povestea lui Inimioară și Creieraș

Numărul 5



EQstudents
Emotional Intelligence
The mind that feels



**Co-funded by
the European Union**



Co-funded by
the European Union

Numărul proiectului: 2021-1-PL01-KA220-SCH-000029785

Partenerii Proiectului:



Szkoła Podstawowa nr 38
im. Henryka Sienkiewicza
w Lublinie

Credite:

Poze cu Inimioară: designed by DrawingMyDiary – Freepik.com

Poze cu Creieraș: Natalia Darmoroz / Alamy Stock Vector

Fundalul terenului de fotbal: image by brgfx – Freepik.com

A cartoon illustration of a soccer field. In the center, a pink brain character with a smiling face and arms is holding hands with a red heart character, also smiling. To the left of the brain is a soccer ball. The field is green with white lines, and there's a fence and trees in the background under a blue sky with clouds.

**Știi Creieraș, relațiile sunt ca
și...fotbalul!**

**Fotbalul? Interesantă
analogie, Creieraș.
Cum așa?**

Ei bine, ca și în fotbal, trebuie să pasezi mingea, să împarți, să comunici dacă vrei să câștigi. Nu te poți descurca de unul singur!




AH, am înțeles! Relațiile au nevoie de lucru în echipă și de încredere, exact ca în fotbal. Dacă toți lucrează împreună, este mai distractiv-si devin mai puternici.

Exact! Dar nu este vorba doar despre a câștiga. Este și despre a ne respecta unii pe alții. De exemplu, dacă cineva ratează o lovitură sau face o greșeală, nu urlă la el. Îl ajuți să devină mai bun!



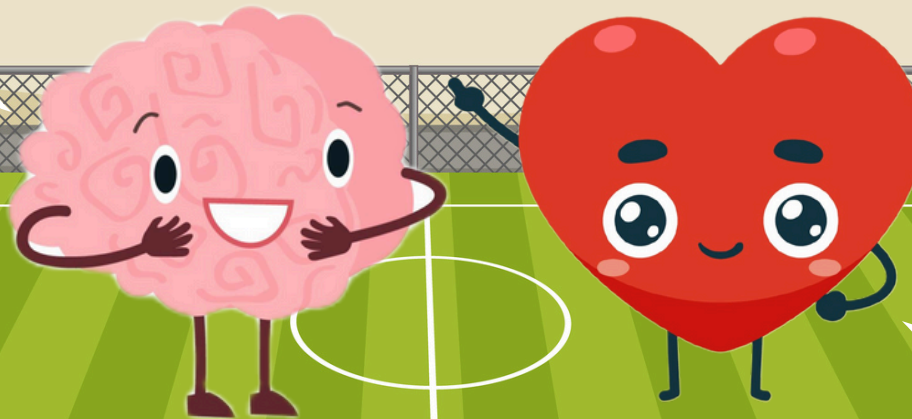
**Așa este! Greselile fac parte din învățare.
Pentru unii este greu de înțeles
asta. Uneori oamenii judecă prea repede.
Ce ar trebui să facă?**

An illustration of a soccer field with a green and white striped field, a black and white soccer ball on the left, and a chain-link fence in the background. In the center, there are two anthropomorphic characters: a pink brain with a smiling face and a red heart with a sad face. A white speech bubble is positioned above the brain character.


**Cred că au nevoie de puțină empatie.
Trebuie să te pui în papucii lor. Poate au
avut o zi grea, sau poate nu au știut cum să
gestioneze situația.**

**Aceasta este o perspectivă foarte bună!
Empatia ne ajută să reacționăm cu bunătate
în loc să ne înfuriem.
Dar dacă cineva continuă să fie răutăcios?
De exemplu, nu pasează mingea din adins.**

**Hmm, ei bine, acolo intervin granițele.
Trebuie să fii clar când ceva nu este ok. Poți
spune ”Hei, nu îmi place cum se simte asta.
Putem să lucrăm mai bine împreună?”**



**Deci, pe scurt, relațiile de succes sunt despre
comunicare, empatie și setarea granițelor.
Ca și o echipă bună de fotbal, trebuie să
lucrezi la aceste lucruri ca să le
îmbunătățești.**

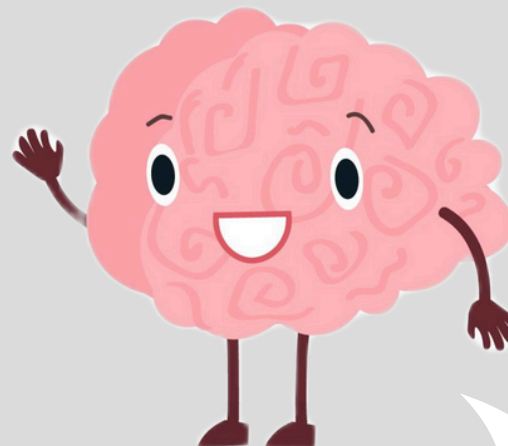


Da! Și partea cea mai bună este? Cu antrenament totată lumea devine mai bună! Hai să mergem să ne alăturăm jocului și să o dăm mai departe!

**Categoric!
Hai să facem asta!**

Va urma...

Hei! Poți să te gândești la un moment în care te-ai pus în papucii altcuiva?



**Oprește-te pentru un moment și gândește-te.
Ne vedem data viitoare!**

