

Føleleslagkagen

ANVENDELSE

Bruges til at beskrive hvordan vi har det. Hvilke følelser vi har og hvor meget hver følelse fylder inden i os.

HVORDAN LAVES ØVELSEN?

- Tegn en cirkel. Cirklen er en lagkage og et billede på vores krop.
- Lav en række "lagkagestykker" i forskellige farver og fordel ud på bordet. Lav for eksempel et blå lagkagestykke (ked af det), rød (vred), gul (glad) og grøn (bange) – det er bedst for 5-8 årige. Hvis det ikke er muligt at lave "lagkagestykker", kan cirklen også blot udfyldes med farve direkte ind i cirklen.
- Sammensæt føleleslagkage, og fortæl herefter om hver af følelserne, kagen indeholder, og hvorfor.
- En hjælp kan være at snakke om følelserne inden og vælge nogle ud.

MATERIALER/FORBEREDELSE

- Papir
- Blyanter og farver
- Evt. karton
- Evt. en printet udgave af lagkagen (findes på de næste sider)





