



KUTLAMALARA KATILIN!

YATIŞTIRMA MENÜSÜ

Biraz Sakinleşelim!!!!

**KORKU YAŞAYAN ÇOCUKLARI
SAKINLEŞTİRMEK İÇİN
KULLANILABİLİR.**

**BU ETKİNLİK İÇİN EL İŞİ KAĞIDI YA DA
OYUN HAMURU
KULLANABİLİRSİNİZ.**

**● EL İŞİ KAĞIDINI UZUNLAMASINA İKİYE
KATLAYIN.**

**SAĞ
ÜST KÖŞESİNE ÇOCUĞUNUZUN ADINI
YAZIN.**

**KAĞIDINIZIN ÖN YÜZÜNÜ İSTEDİĞİNİZ
GİBİ
SÜSLEYİN.**

**İÇ KISMINA BAŞLANGIÇ, ANA YEMEK,
TATLI DİYE YAZIN.**

**BUNU İSTERSENİZ EVDEKİ BÜTÜN AİLE
BİREYLERİ İÇİN HAZIRLAYABİLİRSİNİZ.**

ŞU SORULARI SORUN

SENİ GÜVENDE İYİ HİSSETTİREN TAT NE?

SENİ İYİ HİSSETTİREN SESİ NASIL?

SENİ İYİ HİSSETTİREN GÖRÜNTÜSÜ NASIL?

**ONA NASIL DOKUNURSAN DAHA GÜVENDE VE
RAHAT
HİSSEDERSİN?**

**BU YEMEĞİ DÜŞÜNDÜĞÜNDE VÜCUDUNDA NASIL
HİSSEDİYORSUN?**

**BAŞLANGIÇ YEMEĞİ OLARAK HANGİ
YEMEĞİ İSTİYORSA
ONU ÇİZEBİLİR YA DA OYUN HAMURUYLA
YAPABİLİR.**

**AYNI SORULARI ANA YEMEK VE TATLI
İÇİNDE
SORABİLİRSİNİZ.**

**ANA YEMEK SAKİNLEŞTİREN HER ŞEY
OLABİLİR.**

**İSTERSENİZ DAHA SONRA BUNLARDAN
BİRİNİ
(BAŞLANGIÇ, ANA YEMEK, TATLI)
BİRLİKTE HAZIRLAYIP YİYEBİLİRSİNİZ.**

**YERKEN
BEDENİNDE OLUŞAN ONU RAHATLATAN
DUYUMLARA ODAKLANMASINI
SAĞLAYARAK DUYUMLARINI
FARK ETMESİNİ SAĞLAYABİLİRSİNİZ.**

*Katkılarından dolayı Uzm.Psk. Dan. Nurhan ÜNDER'e
teşekkür ederiz.*