



Imię: _____

Mój brzusek: przypomnij sobie

Przypomnij sobie i otocz kółkiem, jak czuł się twój brzusek.

Dla dorosłego

Karta „na teraz”: dziecko przypomina sobie, jak czuł się brzusek w różnych porach dnia, a na końcu sprawdza, jak czuje się teraz. Pomagajcie pytaniami („co było na śniadanie? jak się potem czułeś/czułaś?”), nie podpowiadajcie odpowiedzi. Ćwiczcie, gdy dziecko jest spokojne. Może odmówić. Pytajcie, gdzie i jak czuje — nie mówcie, co ma czuć.

Mój brzusek				
 Rano, po przebudzeniu	 pusty	 w sam raz	 pełny	☐ nie wiem
 Przed śniadaniem	 pusty	 w sam raz	 pełny	☐ nie wiem
 Po śniadaniu	 pusty	 w sam raz	 pełny	☐ nie wiem
 Wczoraj przed snem	 pusty	 w sam raz	 pełny	☐ nie wiem
 Teraz	 pusty	 w sam raz	 pełny	☐ nie wiem