

Aprender a escutar uns aos outros é importante. Prestar atenção em como as pessoas movimentam o corpo e o rosto é parte de escutar.

fique em frente a uma pessoa.
Olhe nos olhos dela.



Coloque uma música alegre. Um de vocês deve se mexer no ritmo da música para mostrar "alegria"



O outro deve copiar como se olhasse no espelho.



Troquem de papel depois de 3 minutos.





- Por que você escolheu esses movimentos para essa emoção?
- Seu parceiro conseguiu copiar os movimentos? Se não, por que?
- O que você aprendeu sobre linguagem corporal?
- Como você pode usar seu corpo para mostrar gentileza?

Tente de novo com uma emoção diferente!

Podemos conviver com gentileza se escutarmos melhor uns aos outros.