

*Podpůrný list slouží jako prevence psychických obtíží, nenahrazuje odbornou terapeutickou pomoc. Podpůrný list je možné vyhotovit pouze po přečtení odpovídajícího komiksového díla.

Srdce a mozek

Seluk Nick

Anotace díla:

Emotivní srdce a racionální mozek – dvojice, která je dennodenní součástí života každého z nás. U některých převládá mysl, jejich rozhodnutí bývají promyšlená a rozumově opodstatněná. Druhá strana této mince jsou ti, kteří se rozhodují mnohem častěji na základě emocí bez dlouhého rozjímání o výsledném dopadu jejich činů. Jakým způsobem fungujeme my samotní? Kdo je tím vůdcem našich rozhodnutí – srdce či mozek.

Klíčová témata: rozhodování, odlehčení situace, nerozhodnost, kontrast

Cíle prevence:

nastínění kontrastu emočního a racionálního rozhodování

Forma práce:

 individuální

*Po vyhotovení Podpůrných listů je doporučena konzultace pro obdržení zpětné vazby. Konzultaci je možné sjednat osobně na dětském oddělení U Velryby nebo prostřednictvím e-mailu pribehypomahaji@gmail.com.

Literatura s obdobnou tematikou (výběr):

od 8 let:

Gohl, Christiane: Kůň mých snů (*rozhodování*)

od 12 let:

Andersen, Sarah: Dospělost je mýtus (*představa a realita světa dospělých*)



Srdce a mozek

Seluk Nick

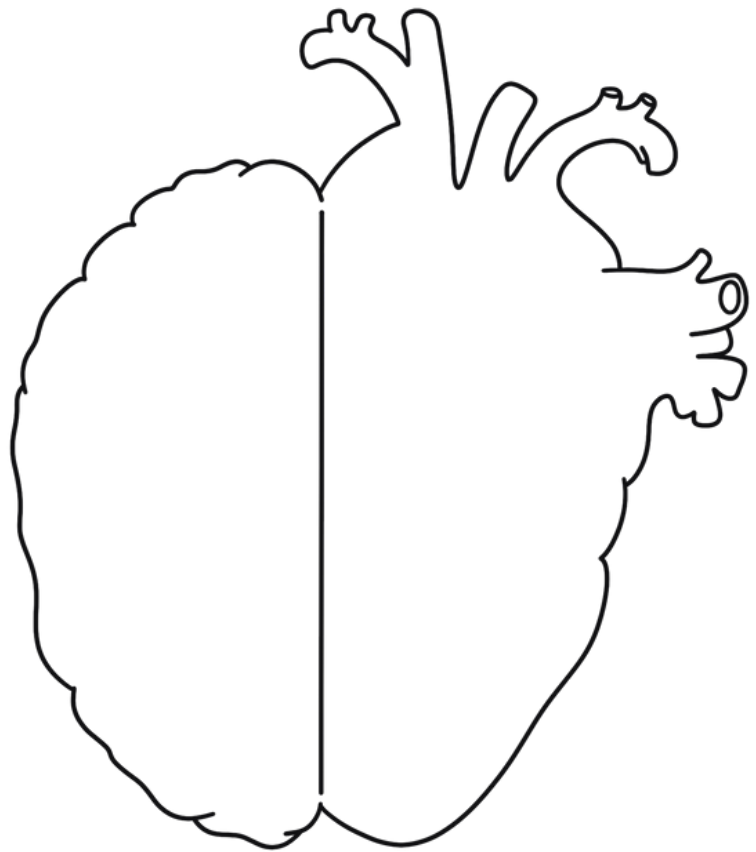
Anotace díla:

Emotivní srdce a racionální mozek – dvojice, která je dennodenní součástí života každého z nás. U některých převládá mysl, jejich rozhodnutí bývají promyšlená a rozumově opodstatněná. Druhá strana této mince jsou ti, kteří se rozhodují mnohem častěji na základě emocí bez dlouhého rozjímání o výsledném dopadu jejich činů. Jakým způsobem fungujeme my samotní? Kdo je tím vůdcem našich rozhodnutí – srdce či mozek.

1. Zapiš svá vlastní rozhodnutí do příslušného orgánu (mozek/srdce) podle toho, zda se v dané situaci rozhoduješ spíše racionálně nebo emocionálně.

Můžeš využít následující nabídku různých situací:

obutí pravé a levé boty
balení na výlet
přátelství
barva trička
nakupování potravin
knížka k četbě



2. Vytvoř seznam knih (komiksů), které ti napomohly rozvíjet tvou mysl a nebo v tobě vzbudily emoce.

mysl (mozek):

emoce (srdce):

3. Nakresli své srdce a mozek a zapiš to, o čem si spolu povídají nejčastěji.

4. Uveď, která situace/stránka komiksu *Srdce a mozek* ti připomněla tebe?

5. Proč právě tato situace je ta, se kterou se ztotožňuješ nejvíce?