

SEE MY FEELINGS MIRROR

GETTING STARTED ACTIVITIES

Espejo que refleja mis emociones
Miroir des émotions
Mein Gefühlsspiegel


Durable and
kid-safe



 **WARNING:**
CHOKING HAZARD - Small parts.
Not for children under 3 years.



Introduction

Kids have so many feelings! Help your children learn about their emotions with the See My Feelings Mirror. This lively, interactive learning tool will help kids build a foundation for managing their feelings, working through everyday challenges, and building strong friendships. Kids will love the bright, cheerful colors and easy-to-hold chunky grip.

Featuring diverse photos of real children showing real emotions, this high-quality, child-safe mirror helps children name their feelings by seeing their expression and the model's expression at the same time. With four guided starter activities, easy-to-identify emojis, and six different snap-in-place emotion slides, the See My Feelings Mirror makes social emotional learning fun!

Emotion Key



HAPPY



SAD



SURPRISED



SILLY



SCARED



ANGRY

Name My Feelings

Topic

Identifying and Naming Emotions

Activity

- o Ask the child *"How are you feeling today?"*
- o Invite the child to look in the See My Feelings Mirror. Ask *"What does that (feeling, mood) look like? Show me with your face and your whole body!"*
- o Ask the child to describe what they see in the mirror. For example: *"I'm smiling."* or *"My eyes are open wide."*
- o Invite the child to look at the emotion slides. Ask *"Which slide looks like your feeling?"* (More than one slide may apply.)
- o Talk about how the child's expression looks and compare it to the slide or slides that best match their feeling. For example: *"That's right! That child is smiling – just like you!"* Help the child identify the emotion.



Our Many Feelings

Topic

Identifying and Naming Emotions, Referential Understanding of Symbols and Pictures

Activity

- Invite the child to select an emoji on the See My Feelings Mirror (don't pull out the slide yet).
- Ask *"What emotion is that?"* The child may or may not be able to identify the emotion – either way is fine for this activity
- Ask *"Can you show me what you look like when you're feeling (this emotion)?"*
- Show the child what they look like in the See My Feelings Mirror.
- Pull out the selected slide. Ask the child to compare the expression on their face to the photo in the slide. Ask *"What's the same? What's different? What do you see that shows (the emotion)? How can you tell if a friend is feeling (the emotion)?"*
- Repeat the activity for all six slides.



All About Me

Topic

Emotion Self-Portraits

Activity

- Invite the child to show you an emotion using their face and body. For example, you can ask: *"What does it look like when you're sad?"*
- Invite the child to look in the mirror to see how their emotion looks.
- Pull out the slide for the emotion the child selected and ask them to compare their own facial expression to the expression in the picture.
- Ask the child, using the mirror and the slide, to draw a picture of how they look feeling the emotion they selected.
- Direct the child to the next emotion slide and repeat the activity for all six emotions on the See My Feelings Mirror.



When I'm Angry, Sad, or Scared

Topic

Managing Negative Emotions, Social Skills, Conflict Resolution

Activity

- Invite the child to view the “Angry” slide.
- Ask “*Can you remember a time when you were angry? Why were you angry?*”
- Ask “*What did you look like when you were angry? Can you show me?*” Invite the child to see themselves in the mirror to see what “angry” looks like.
- Ask “*What did you do when you were angry? What made you feel better?*” Invite the child to discuss what makes them feel better when they're mad and work with them to create strategies for the next time they're angry. For example, they may use their words to talk about why they're mad, take deep breaths, or count to five.
- Repeat the activity using the “Sad” and “Scared” slides.



Espejo que refleja mis emociones

Introducción

Los niños sienten muchas emociones. Ayúdales a que aprendan a entender sus emociones con el Espejo que refleja mis emociones. Esta entretenida herramienta interactiva ayudará a los niños a establecer las bases para saber manejar sus emociones, superar los retos diarios y construir amistades sólidas. A los niños les encantarán los alegres y vivos colores y los robustos mangos fáciles de agarrar.

Este espejo de alta calidad apto para niños cuenta con fotografías de niños reales que muestran distintas emociones y ayuda a los pequeños a identificar sus emociones comparando su propio reflejo con las expresiones de los niños de las fotografías. Con cuatro actividades de iniciación guiadas, emojis fáciles de identificar y seis láminas con distintas emociones que se deslizan y encajan en el interior, el Espejo que refleja mis emociones hace que el aprendizaje socioemocional sea pura diversión.

Clave de emociones:



CONTENTO



TRISTE



SORPRENDIDO



RIDÍCULO



ASUSTADO



ENFADADO

Nombra mis emociones

Tema

Identificar y nombrar emocióne

Actividades

- o Pregúntale al niño: «¿cómo te sientes hoy?»
- o Invítale a que se mire al Espejo que refleja mi emociones. Pregúntale: «¿qué aspecto tiene esa emoción o estado de ánimo? Enséñamelo con tu cara y con tu cuerpo».
- o Pídele que te describa lo que ve en el espejo. Por ejemplo: «Estoy sonriendo» o «mis ojos están completamente abiertos».
- o Invita al niño a que eche un vistazo a las láminas con emociones. Pregúntale: «¿cuál de ellas encaja mejor con cómo te sientes?» (Pueden escoger más de una lámina).
- o Hablad sobre el aspecto que tiene la expresión del niño y comparadlo con el de la lámina o las láminas que mejor encajan con su estado de ánimo. Por ejemplo: «¡Es verdad! Ese niño está sonriendo, igual que tú.» Ayuda al niño a identificar la emoción



Nuestras numerosas emociones

Tema

Identificar y nombrar las emociones, comprensión referencial de símbolos e imágenes

Actividades

- o Invita al niño a seleccionar un emoji en el Espejo que refleja mis emociones (no saques la lámina todavía).
- o Pregúntale: «¿de qué emoción se trata?» Es posible que el niño



identifique la emoción pero también es posible que no lo haga. Cualquiera de las dos opciones es aceptable para esta actividad.

- o Pregúntale: *«¿puedes enseñarme qué aspecto tienes cuando estás (emoción)?»*
- o Enséñales el aspecto que tienen con el Espejo que refleja mis emociones.
- o Saca la lámina apropiada. Pídeles que comparen la expresión de su cara con la foto de la lámina. Pregúntales: *«¿en qué se parecen? ¿En qué se diferencian? ¿Qué te indica que está (emoción)? ¿Cómo sabrías que un amigo tuyo está (emoción)?»*
- o Repite la misma actividad con las seis láminas.

Todo sobre mí

Tema

Autorretratos de las emociones

Actividades

- o Invita al niño a que te muestre una emoción utilizando su cara y su cuerpo. Por ejemplo, puedes preguntar: *«¿qué aspecto tienes cuando estás triste?»*
- o Invita al niño a mirarse al espejo para ver el aspecto que tiene esa emoción.
- o Saca la lámina de la emoción seleccionada y pídele que compare su expresión facial con la expresión de la fotografía.
- o Pídele al niño que, usando el espejo y la lámina, haga un dibujo del aspecto que tiene cuando siente esa emoción.
- o Tira de la siguiente lámina y repite la actividad para cada una de las seis emociones que incluye el Espejo que refleja mis emociones



Cuando estoy enfadado, triste o asustado

Tema

Controlar las emociones negativas, habilidades sociales, solucionar conflictos

Actividades

- o Invita al niño a observar la lámina con la fotografía de niño enfadado.
- o Pregúntale: «¿te acuerdas de alguna vez que hayas estado enfadado? ¿Por qué te enfadaste?»
- o Pregúntale: «¿qué aspecto tenías cuando estabas enfadado? ¿Me lo puedes enseñar?» Invita al niño a que se mire al espejo para observar el aspecto que tiene alguien enfadado.
- o Pregúntale: «¿Qué hiciste cuando estabas enfadado? ¿Qué te hizo sentir mejor?» Invita al niño a que comente las cosas que le hacen sentir mejor cuando está enfadado y ayúdale a crear estrategias que pueda utilizar la próxima vez que se enfade. Por ejemplo, puede verbalizar las razones por las que está enfadado, respirar hondo o contar hasta cinco.
- o Repetid esta actividad utilizando las láminas con las fotografías del niño triste y del niño asustado.



Miroir des émotions

Introduction

Les enfants ressentent de nombreuses émotions. Aidez vos enfants à en apprendre davantage à ce sujet avec le miroir des émotions. Cet outil éducatif interactif aidera les enfants à établir une base pour gérer leurs émotions, surmonter des difficultés au quotidien et nouer de forts liens d'amitié. Les enfants vont adorer les couleurs vives et gaies de ce miroir, ainsi que sa grosse poignée facile à tenir.

Montrant diverses photos de vrais enfants et de vraies émotions, ce miroir de haute qualité, sans danger pour les enfants, aide ces derniers à nommer leurs émotions en regardant simultanément leur propre expression et celle du modèle. Avec quatre activités de démarrage guidées, des émojis faciles à identifier et six diapositives d'émotions différentes, le miroir des émotions fait de l'apprentissage socio-émotionnel un véritable jeu d'enfant !

Légende des émotions :



HEUREUX



TRISTE



SURPRIS



STUPIDE



EFFRAYÉ



EN COLÈRE

Nomme mes émotions

Sujet

Identifier et nommer les émotion

Activités

- o Demandez à l'enfant comment il se sent aujourd'hui.
- o Invitez-le à se regarder dans le miroir des émotions. Demandez « À quoi ressemble ce sentiment/cette humeur ? Montre-moi avec ton visage et tout ton corps ! ».
- o Demandez à l'enfant de décrire ce qu'il voit dans le miroir. Par exemple : « Je souris » ou « Mes yeux sont écarquillés ».
- o Invitez-le à regarder les diapositives des émotions. Demandez-lui « Quelle diapositive ressemble à ton émotion ? ». (Il pourra choisir plusieurs diapositives.)
- o Parlez de l'expression de l'enfant et comparez-la à la ou aux diapositives qui correspondent le mieux à son ressenti. Par exemple : « C'est vrai ! Cet enfant sourit, comme toi ! » Aidez l'enfant à identifier l'émotion.



Nos nombreuses émotions

Sujet

Identifier et nommer les émotions, compréhension référentielle de symboles et d'images

Activités

- o Invitez l'enfant à choisir un émoji sur le miroir des émotions (attendez avant de sortir la diapositive).
- o Demandez-lui de quelle émotion il s'agit. L'enfant pourra peut-être identifier l'émotion ou pas. Cela n'a pas d'incidence sur cette activité.
- o Demandez-lui de vous montrer à quoi il ressemble lorsqu'il ressent cette émotion.
- o Montrez à l'enfant ce à quoi il ressemble dans le miroir des émotions.
- o Sortez la diapositive sélectionnée. Demandez à l'enfant de comparer l'expression de son visage à celle de la photo de la diapositive. Demandez-lui ce qui est identique et ce qui est différent. Que voit-il qui illustre (l'émotion) ? Comment peut-il dire si un ou une amie ressent (l'émotion) ?
- o Répétez l'activité pour les six diapositives.



Tout savoir sur moi

Sujet

Autoportrait des émotions

Activités

- o Invitez l'enfant à vous montrer une émotion avec son visage et son corps. Vous pouvez, par exemple, lui demander : « À quoi ressembles-tu lorsque tu es triste ? »
- o Invitez-le à se regarder dans le miroir des émotions pour voir à quoi ressemble son émotion.
- o Sortez la diapositive correspondant à l'émotion choisie par l'enfant et demandez-lui de comparer sa propre expression faciale à l'expression de la photo.
- o Demandez-lui de se dessiner, en s'aidant du miroir et de la diapositive, lorsqu'il ressent l'émotion choisie.
- o Incitez-le à regarder la diapositive suivante et répétez l'activité pour les six émotions du miroir des émotions.



Colère, tristesse et peur

Sujet

Gérer les émotions négatives, compétences sociales, résolution des conflits

Activités

- o Invitez l'enfant à regarder la diapositive illustrant la colère.
- o Demandez-lui s'il se rappelle d'une fois où il a été en colère. Pourquoi était-il en colère ?
- o Demandez-lui ce à quoi il ressemblait lorsqu'il était en colère. Demandez-lui de vous le montrer. Invitez l'enfant à se regarder dans le miroir pour voir à quoi ressemble sa colère.
- o Demandez-lui : « *Qu'as-tu fait lorsque tu étais en colère ? Qu'est-ce qui t'a fait te sentir mieux ?* » Invitez l'enfant à discuter de ce qui l'a fait se sentir mieux lorsqu'il était en colère et travaillez avec lui pour mettre au point des stratégies pour la prochaine fois qu'il ressentira cette émotion. Il pourrait, par exemple, décrire avec des mots les raisons de sa colère, respirer profondément ou compter jusqu'à cinq.
- o Répétez l'activité pour les diapositives de la tristesse et de la peur.



Mein Gefühlsspiegel

Erste Schritte

Kinder haben viele Gefühle! Helfen Sie Ihren Kindern mit dem „Mein Gefühlsspiegel“, sich mit ihren Gefühlen auseinanderzusetzen. Der Aktivspiegel schafft die Grundlage für den Umgang mit Gefühlen, dient zur Besprechung von Situationen, in denen Kinder täglich gefordert werden und trägt zum Aufbau guter Freundschaften bei. Von den Spiegeln in leuchtend-bunten Farben und dem praktischen griffigen Stiel ist jedes Kind begeistert.

Durch parallelen Vergleich der eigenen Mimik mit den auf zahlreichen Kindergesichtern abgebildeten Gefühlsausdrücken eignet sich der hochwertige, kindersichere Spiegel bestens zum Erkennen von Gefühlen. „Mein Gefühlsspiegel“ enthält vier angeleitete Übungen zum Aufwärmen, gut erkennbare Emojis und sechs verschiedene einsteckbare Mimikscheiben und macht das sozial-emotionale Lernen zum Kinderspiel!

Mimikschlüssel :



GLÜCKLICH



TRAURIG



ÜBERRASCHT



ALBERN



ERSCHROCKEN



VERÄRGERT

Sag, was ich fühle

Thema

Bestimmen und Benennen von Gefühlen

Spielvorschläge

- o Fragen Sie: *„Wie fühlst du dich heute?“*
- o Lassen Sie das Kind in den „Mein Gefühlsspiegel“ schauen. Fragen Sie: *„Wie sieht dein Gefühl/ deine Stimmung aus? Zeige es mir mit deinem Gesicht und dem ganzen Körper!“*
- o Lassen Sie das Kind beschreiben, was es im Spiegel sieht. Beispiel: *„Ich ächle.“* oder *„Ich mache ganz große Augen.“*
- o Lassen Sie das Kind die Mimikscheiben anschauen. Fragen Sie: *„Welche Scheibe sieht deinem Gefühl ähnlich?“* (Eventuell werden mehrere Scheiben gewählt.)
- o Besprechen Sie den Gesichtsausdruck des Kindes und ziehen Sie Vergleiche zu einer oder mehreren passenden Mimikscheiben. Beispiel: *„Das ist richtig! Dieses Kind lächelt – ganz genau wie du!“* Helfen Sie dem Kind dabei, das Gefühl richtig zu bestimmen.



So viele Gefühle

Thema

Gefühle bestimmen und benennen, Bezug zu Symbolen und Bildern schaffen



Spielvorschläge

- o Bitten Sie das Kind, sich ein Emoji am „Mein Gefühlsspiegel“ auszusuchen (ziehen Sie die Scheibe noch nicht heraus).
- o Fragen Sie: „*Welches Gefühl ist das?*“ Für diese Übung kommt es noch nicht darauf an, ob das Kind das Gefühl richtig erkennt.
- o Fragen Sie: „*Kannst du mir zeigen, wie du aussiehst, wenn du dich (Gefühl) fühlst?*“
- o Lassen Sie das Kind sich im „Mein Gefühlsspiegel“ anschauen.
- o Ziehen Sie die gewählte Mimikscheibe heraus. Bitten Sie das Kind, den Ausdruck auf seinem Gesicht mit dem Foto auf der Scheibe zu vergleichen. Fragen Sie: „*Was ist gleich? Was ist unterschiedlich? Woran erkennst du, dass du (Gefühl) bist? Wie erkennst du, ob ein Freund (Gefühl) ist?*“
- o Wiederholen Sie die Übung mit allen sechs Scheiben.

Was fühle ich?

Thema

Selbstbildnis von Gefühlen

Spielvorschläge

- o Bitten Sie das Kind, mit Mimik und Körpersprache ein Gefühl auszudrücken. Beispielsweise können Sie fragen: „*Wie siehst du aus, wenn du traurig bist?*“
- o Lassen Sie das Kind in den Spiegel schauen und sein Gefühl betrachten.



- o Ziehen Sie die entsprechende Mimikscheibe heraus und bitten Sie das Kind, den eigenen Gesichtsausdruck mit dem auf dem Foto zu vergleichen.
- o Nun soll es sich mithilfe von Spiegel und Mimikscheibe mit diesem Gefühl malen.
- o Lassen Sie das Kind die Übung mit allen sechs Gefühlen und Mimikscheiben auf dem „Mein Gefühlsspiegel“ wiederholen.

Wenn ich verärgert, traurig oder erschrocken bin

Thema

Umgang mit negativen Gefühlen, Sozialkompetenz, Konfliktlösung

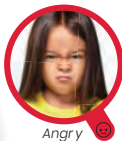
Spielvorschläge

- o Lassen Sie das Kind die Verärgert-Scheibe anschauen.
- o Fragen Sie: *„Kannst du dich erinnern, als du das letzte Mal verärgert warst? Warum warst du verärgert?“*
- o Fragen Sie: *„Wie sahst du aus, als du verärgert warst? Kannst du mir das zeigen?“*
Lassen Sie das Kind „verärgert“ gucken und sich dabei im Spiegel betrachten.
- o Fragen Sie: *„Was hast du gemacht, als du verärgert warst? Was hast du gemacht, damit du dich wieder besser gefühlt hast?“*
Besprechen Sie mit dem Kind, was es machen kann, um sich besser zu fühlen, wenn es verärgert ist, und helfen Sie ihm, sich für die nächste Situation Abhilfestrategien zu erarbeiten. Beispielsweise könnte das Kind überlegen, warum es verärgert ist, könnte tief durchatmen oder bis fünf zählen.
- o Wiederholen Sie die Übung mit den Scheiben „Traurig“ und „Erschrocken“.





Happy 😊



Angry 😡



Surprised 😮



Silly 😜



Scared 😨



Sad 😞



**hand2
mind.**

800.445.5985
hand2mind.com

Connect with us.    

Made in China.
Hecho en China.
Fabriqué en Chine.
Hergestellt in China.

Please retain the package for future reference.
Conserva el envase para futuras consultas.
Veuillez conserver l'emballage.
Bitte Verpackung gut aufbewahren.

Distributed in Europe by Learning Resources Ltd,
Bergen Way, King's Lynn, Norfolk, PE30 2JG, UK

For use with 91293 and 91294
© hand2mind, Inc., Vernon Hills, IL, USA
All rights reserved.



ADVERTENCIA: PELIGRO DE ATRAGANTAMIENTO.
Partes pequeñas. No conviene para niños menores de tres años.
ATTENTION: DANGER D'ÉTOUFFEMENT.
Petites éléments. Ne convient pas aux enfants de moins de trois ans.
ACHTUNG: ERSTICKUNGSGEFAHR.
Kleine Teile. Nicht für Kinder unter drei Jahren geeignet.