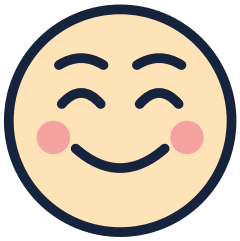
Face Detectives feelings cards
Tarjetas de emociones Detectives de caras
Cartões de emoções Detetives de rostos

Comfortable feelings · Emociones cómodas · Emoções confortáveis



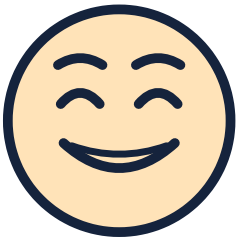
happy
feliz · feliz

Clue · Pista · Pista
Cheeks up, eyes crinkle, mouth smiles.
Mejillas arriba, ojos arrugados, boca sonríe.
Bochechas para cima, olhos apertados, boca sorri.



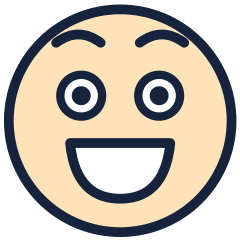
calm
tranquilo/a · calmo/a

Clue · Pista · Pista
Soft eyebrows, slow eyes, small smile.
Cejas suaves, ojos lentos, sonrisa pequeña.
Sobrancelhas suaves, olhos lentos, sorriso pequeno.



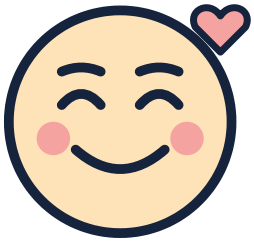
proud
orgulloso/a · orgulhoso/a

Clue · Pista · Pista
Head up, happy eyes, big smile.
Cabeza en alto, ojos felices, gran sonrisa.
Cabeça erguida, olhos felizes, sorriso grande.



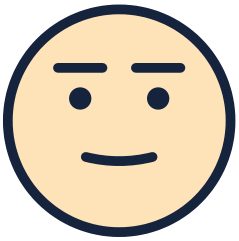
excited
emocionado/a · animado/a

Clue · Pista · Pista
Eyebrows up, eyes wide, mouth open.
Cejas arriba, ojos muy abiertos, boca abierta.
Sobrancelhas para cima, olhos arregalados, boca aberta.



loved
querido/a · amado/a

Clue · Pista · Pista
Warm eyes, pink cheeks, gentle smile.
Ojos dulces, mejillas rosadas, sonrisa suave.
Olhos carinhosos, bochechas rosadas, sorriso suave.



brave
valiente · corajoso/a

Clue · Pista · Pista
Straight eyebrows, steady eyes, firm mouth.
Cejas rectas, ojos firmes, boca firme.
Sobrancelhas retas, olhar firme, boca firme.

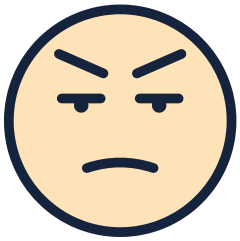
Cut on the dashed lines.
Recorte por las líneas punteadas.
Recorte nas linhas tracejadas.

Uncomfortable feelings · Emociones incómodas · Emoções desconfortáveis



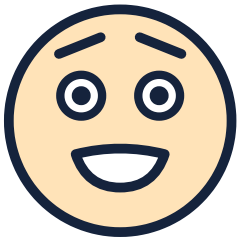
sad
triste · triste

Clue · Pista · Pista
Eyebrows tilt up, mouth turns down, maybe a tear.
Cejas inclinadas hacia arriba, boca hacia abajo, a veces una lágrima.
Sobrancelhas inclinadas para cima, boca para baixo, às vezes uma lágrima.



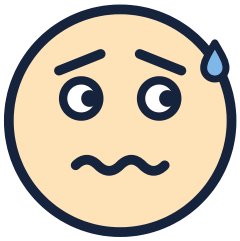
mad
enojado/a · com raiva

Clue · Pista · Pista
Eyebrows down and together, eyes narrow, mouth tight.
Cejas abajo y juntas, ojos entrecerrados, boca apretada.
Sobrancelhas para baixo e juntas, olhos estreitos, boca apertada.



scared
asustado/a · com medo

Clue · Pista · Pista
Eyebrows pulled up, eyes very wide, mouth stretched.
Cejas levantadas, ojos muy abiertos, boca estirada.
Sobrancelhas levantadas, olhos bem abertos, boca esticada.



worried
preocupado/a · preocupado/a

Clue · Pista · Pista
Eyebrows up in the middle, eyes look away, wavy mouth.
Cejas arriba en el centro, ojos miran a un lado, boca ondulada.
Sobrancelhas para cima no meio, olhos para o lado, boca ondulada.



frustrated
frustrado/a · frustrado/a

Clue · Pista · Pista
Eyebrows down, eyes squeezed, teeth tight.
Cejas abajo, ojos apretados, dientes apretados.
Sobrancelhas para baixo, olhos apertados, dentes cerrados.



tired
cansado/a · cansado/a

Clue · Pista · Pista
Heavy eyelids, droopy eyes, big yawn.
Párpados pesados, ojos caídos, gran bostezo.
Pálpebras pesadas, olhos caídos, bocejo grande.

Cut on the dashed lines.
Recorte por las líneas punteadas.
Recorte nas linhas tracejadas.

Calm-down square
Cuadro para calmarme
Quadro para me acalmar



Take 5 slow breaths
Respira lento 5 veces
Respire devagar 5 vezes

Smell the flower, blow the candle. · Huele la flor, sopla la vela. · Cheire a flor, sopre a vela.



Count to 10 slowly
Cuenta despacio hasta 10
Conte devagar até 10

1, 2, 3 … 10 · 1, 2, 3 … 10 · 1, 2, 3 … 10

I can calm down
Puedo calmarme
Eu consigo me acalmar



Squeeze your hands, then let go
Aprieta las manos y suelta
Aperte as mãos e solte

Squeeze 5, let go 5. · Aprieta 5, suelta 5. · Aperte 5, solte 5.



Drink some water
Toma un poco de agua
Beba um pouco de água

Small sips. · Sorbos pequeños. · Goles pequenos.

Detective questions · Preguntas de detective · Perguntas de detetive

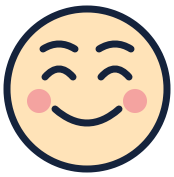
1. **What does my face show?** · ¿Qué muestra mi cara? · O que meu rosto mostra?
2. **What does my body feel?** · ¿Qué siente mi cuerpo? · O que meu corpo sente?
3. **What can I try?** · ¿Qué puedo probar? · O que posso tentar?

Match the face to the word

Une la cara con la palabra

Ligue o rosto à palavra

Draw a line from each face to its word.
Traza una línea de cada cara a su palabra.
Trace uma linha de cada rosto até a palavra.

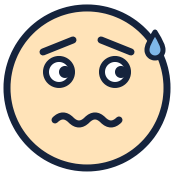
1 

2 

3 

4 

5 

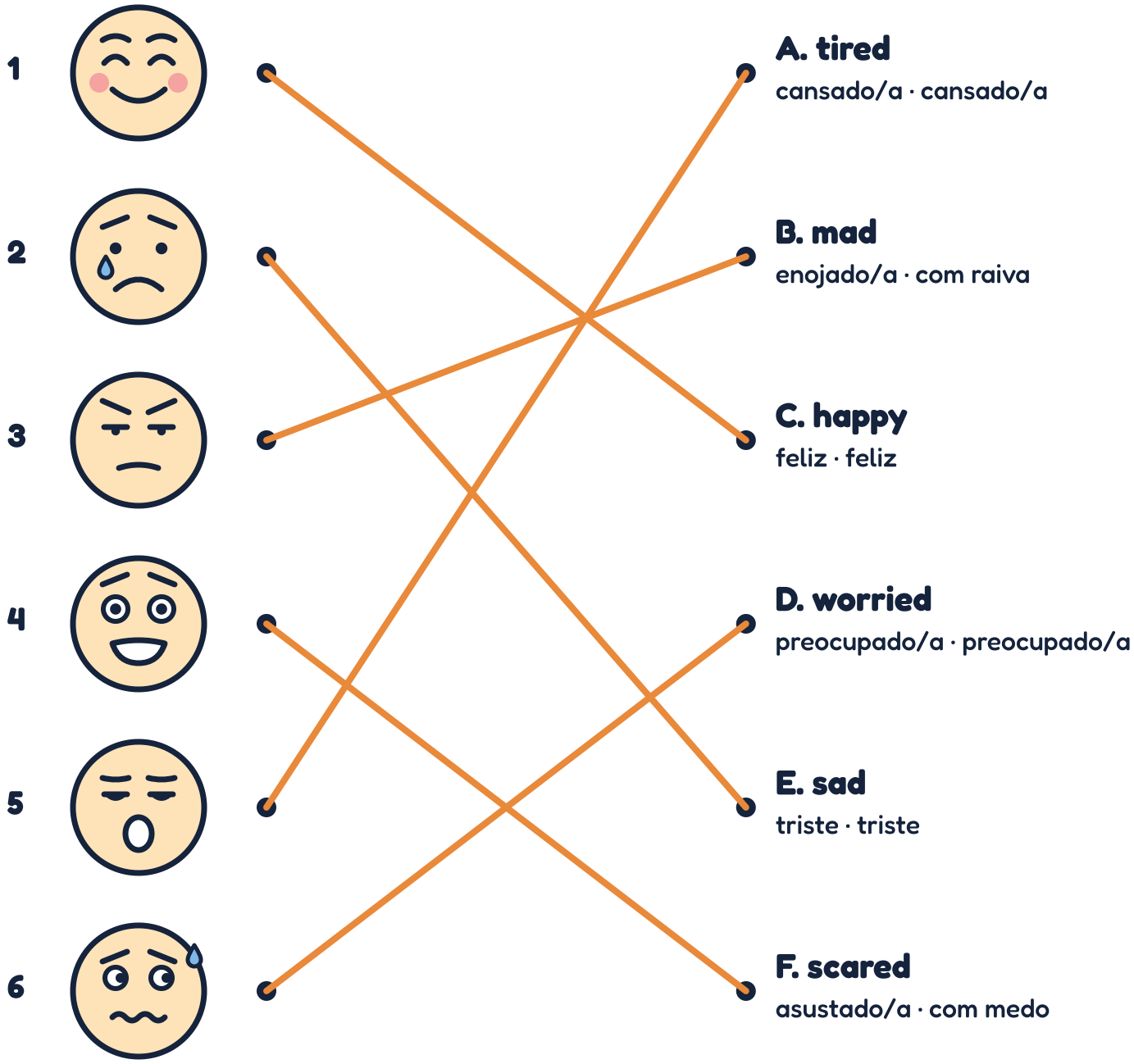
6 

- **A. tired**
  cansado/a · cansado/a
- **B. mad**
  enojado/a · com raiva
- **C. happy**
  feliz · feliz
- **D. worried**
  preocupado/a · preocupado/a
- **E. sad**
  triste · triste
- **F. scared**
  asustado/a · com medo

Answer key
Respuestas
Gabarito

Match the face to the word · Une la cara con la palabra · Ligue o rosto à palavra

1-C 2-E 3-B 4-F 5-A 6-D



Guide for adults
Guía para adultos
Guia para adultos

Face Detectives feelings cards · Tarjetas de emociones Detectives de caras · Cartões de emoções Detetives de rostos

English

- Name feelings as they happen during the day: “You look frustrated. The tower fell.” Point to the card as you say it.
- Play detective: look at the eyebrows, eyes and mouth on a card, read the clue, then guess the feeling. Try it with your own face in a mirror.
- Start with a few cards, with a mix of comfortable and uncomfortable feelings. Add more cards over time.
- Practise the calm-down square when your child is already calm. A calm-down spot is never a punishment. Afterwards, talk about the feeling.
- Matching game: your child draws a line from each face to its word. The answer key is on its own page.
- These are learning cards, not a mental-health tool. If you are worried about your child's development or behaviour, talk with your child's doctor.

Español

- Nombre las emociones cuando ocurren durante el día: “Te ves frustrado. Se cayó la torre”. Señale la tarjeta mientras lo dice.
- Jueguen a los detectives: miren las cejas, los ojos y la boca de una tarjeta, lean la pista y adivinen la emoción. Pruébenlo con su propia cara frente a un espejo.
- Empiece con pocas tarjetas, con emociones cómodas e incómodas. Agregue más tarjetas con el tiempo.
- Practique el cuadro para calmarse cuando su hijo ya esté tranquilo. Un rincón para calmarse nunca es un castigo. Después, hablen de la emoción.
- Juego de unir: su hijo traza una línea de cada cara a su palabra. Las respuestas están en su propia página.
- Son tarjetas para aprender, no una herramienta de salud mental. Si le preocupa el desarrollo o el comportamiento de su hijo, hable con su médico.

Português

- Nomeie as emoções quando acontecem durante o dia: “Você parece frustrado. A torre caiu.” Aponte para o cartão enquanto fala.
- Brinquem de detetive: olhem as sobrancelhas, os olhos e a boca de um cartão, leiam a pista e adivinhem a emoção. Tentem com o próprio rosto no espelho.
- Comece com poucos cartões, misturando emoções confortáveis e desconfortáveis. Acrescente mais cartões com o tempo.
- Pratique o quadro para se acalmar quando a criança já estiver calma. Um cantinho da calma nunca é castigo. Depois, conversem sobre a emoção.
- Jogo de ligar: a criança traça uma linha de cada rosto até a palavra. O gabarito está em uma página separada.
- São cartões para aprender, não uma ferramenta de saúde mental. Se você se preocupa com o desenvolvimento ou o comportamento da criança, converse com o médico dela.

UpOnly Learning is an educational publisher. These printables do not diagnose, assess or treat. · UpOnly Learning es una editorial educativa: estas hojas no diagnostican, evalúan ni tratan. · A UpOnly Learning é uma editora educacional: estas folhas não diagnosticam, avaliam nem tratam.