1. Uzupełnij tabelę.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa emocji** | **Jak wygląda twarz?** | **Jak wygląda ciało?** | **Przyjemna czy nieprzyjemna?** | **W jakich sytuacjach może się pojawić?** | **Jak często ją czujesz?** | **Jak wygląda u Ciebie?** | **Jak sobie z nią radzisz?** | **Czy i jak bardzo sprawia Ci problemy?** |
| *Radość* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Strach* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Smutek* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Złość* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Zdziwienie* |  |  |  |  |  |  |  |  |
| *Wstręt* |  |  |  |  |  |  |  |  |

2. Odpowiedz na pytania.

Które emocje wyrażamy podobnie?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Jakie znasz podobne określenia na złość? Czy oznaczają to samo?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Jakie znasz podobne określenia na wstręt? Czy oznaczają to samo?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Co kryje się pod złością? Czy zawsze jest to tylko złość?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

Jakie funkcje pełnią poszczególne emocje (o czym nas informują)?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………. …………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

O czym i co o sobie myślisz, kiedy jesteś zły?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

O czym i co o sobie myślisz, kiedy jesteś smutny?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….

O czym i co o sobie myślisz, kiedy jesteś radosny?

…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….