

RADOŚĆ

www.smallsteps.pl

SMUTEK

MIŁOŚĆ

LĘK

ZŁOŚĆ

ZDZIWIENIE

ZADOWOLENIE

ZAZDROŚĆ

www.smallsteps.pl

STRACH

ZASKOCZENIE

WDZIĘCZNOŚĆ

GNIEW

ZDENERWOWANIE

www.smallsteps.pl

ZNIECIERPLIWIEŃ

WDZIĘCZNOŚĆ

ZACHWYT

BEZTROSKA

NIEPOKÓJ

ZMARTWIENIE

SZCZĘŚCIE

ROZBAWIENIE

DOCENIENIE

www.smallsteps.pl

Opowiedz kiedy ostatnio tak się czułeś. Co się wtedy wydarzyło.

Opowiedz w jakim filmie, który ostatnio oglądałeś bohater czuł się w taki sposób.

Co zrobiłaby twoja mama, gdybyś powiedział, że tak się czujesz?

Używając pantomimy pokaż, jaką emocję wylosowałeś. Zadaniem pozostałych jest odgadnięcie tej emocji.

www.smallsteps.pl

Kto byłby pierwszą osobą, do której zwróciłbyś się, gdybyś tak się poczuł?

Podaj przykład sytuacji, która może spowodować, że tak właśnie się poczujesz.

Co zrobiłbyś, gdyby twój przyjaciel powiedział, że tak się czuje?

Do wylosowanej emocji podaj jej przeciwieństwo. Następnie wybierz osobę, której zadaniem jest powiedzenie kiedy ostatnio tak się czuła.

www.smallsteps.pl

Opowiedz co robisz, kiedy pojawia się to uczucie.

Co dzieje się z twoim ciałem, kiedy doświadczasz tej emocji/ tego uczucia?

Kiedy ostatnio tak się czułeś w szkole?

Czy powiedziałbyś o tej emocji komuś? Wybierz osobę, której zadaniem będzie podać kiedy też tak się poczuła.

