

KURSY INTERNETOWE Z OPERONEM

EMOCJE – SPRZYMIERZEŃCY CZY WROGOWIE W PRACY NAUCZYCIELA?

MODUŁ 1.

Prawdy i mity na temat emocji

AUTORKA: DR DOROTA SZCZYGIEŁ

EMOCJE – OBSERWACJA

Data:	Czas:	Gdzie?	Kto?	Co się dzieje?

Emocja	Zdecydowanie nie czuję			Trochę czuję			Zdecydowanie czuję		
lęk	1	2	3	4	5	6	7	8	9
niepokój	1	2	3	4	5	6	7	8	9
obawa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
ożywienie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
poczucie winy	1	2	3	4	5	6	7	8	9
radość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
strach	1	2	3	4	5	6	7	8	9
szczęście	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wstyd	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wzburzenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
zadowolenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
złość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
żał	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Data:	Czas:	Gdzie?	Kto?	Co się dzieje?

Emocja	Zdecydowanie nie czuję			Trochę czuję			Zdecydowanie czuję		
lęk	1	2	3	4	5	6	7	8	9
niepokój	1	2	3	4	5	6	7	8	9
obawa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
ożywienie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
poczucie winy	1	2	3	4	5	6	7	8	9
radość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
strach	1	2	3	4	5	6	7	8	9
szczęście	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wstyd	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wzburzenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
zadowolenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
złość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
żał	1	2	3	4	5	6	7	8	9

Data:	Czas:	Gdzie?	Kto?	Co się dzieje?

Emocja	Zdecydowanie nie czuję			Trochę czuję			Zdecydowanie czuję		
lęk	1	2	3	4	5	6	7	8	9
niepokój	1	2	3	4	5	6	7	8	9
obawa	1	2	3	4	5	6	7	8	9
ożywienie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
poczucie winy	1	2	3	4	5	6	7	8	9
radość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
strach	1	2	3	4	5	6	7	8	9
szczęście	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wstyd	1	2	3	4	5	6	7	8	9
wzburzenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
zadowolenie	1	2	3	4	5	6	7	8	9
złość	1	2	3	4	5	6	7	8	9
żał	1	2	3	4	5	6	7	8	9