

Emocijų ir jausmų pažinimas



Atrandamekartu.lt

Prieš pradedant

- Kortelės skirtos veikloms poroje ar grupėje;
- Kortelėse rasite kai kuriuos jausmus ir emocijas, nepaminėtus galima užsirašyti ant paliktų tuščių kortelių;
- Tuščiam langelyje piešiame ženklą/simbolį, padedantį pristatyti emociją/jausmą;
- Diskutuojuame kortelėje pateiktais ar Jūsų sugalvotais papildomais klausimais;
- Paveikslėlių diskusijos metu galima papildyti.

Laimė

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Pasitikėjimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Džiaugsmas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Atleidimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Nuoširdumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

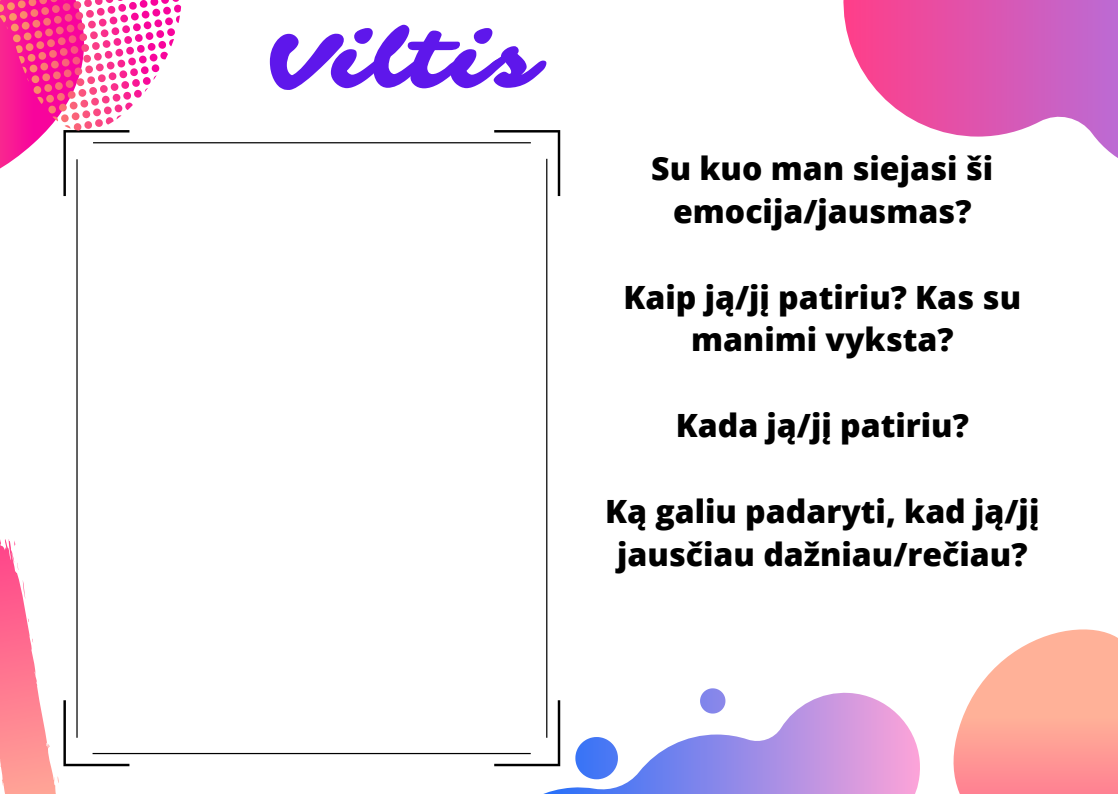
Drągiškumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**



Viltis

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Optimizmas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Meilė

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Atjauta

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Susitaikymas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Ramybė

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Malonumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Dėkingumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Pyktis

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Nesaugumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Pasimetimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Susirūpinimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Nuostaba

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Sutrikimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Nusivylimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Išgytis

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Kerštas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Drawmas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Susijaudinimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Liūdesys

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Atstūmimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Pralaimėjimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Susierziniimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Kritika

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Pasibjaurėjimas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Baimė

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Neužtikrintumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Vienatvė

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Sieluvertas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Ižeidumas

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

Ilgesys

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

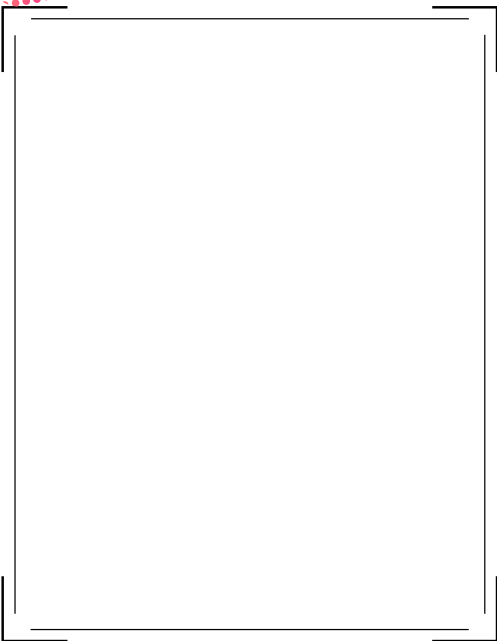
Panika

**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

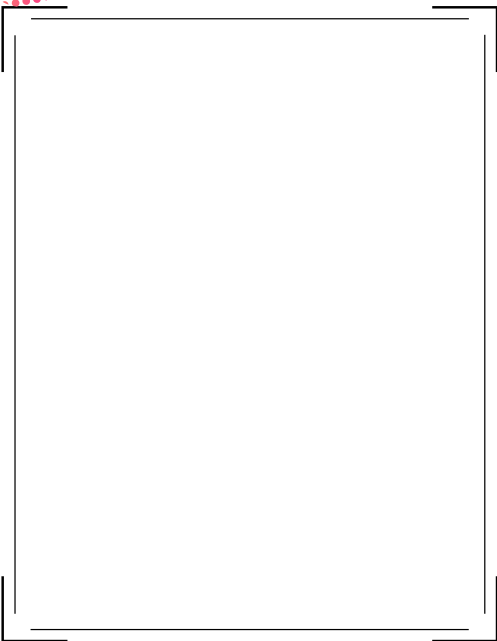


**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

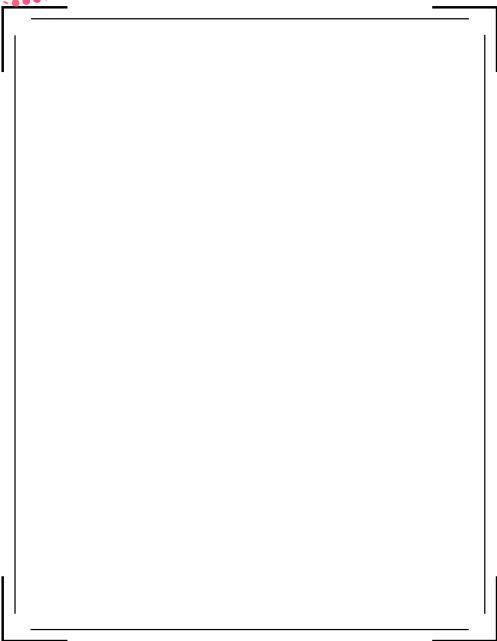


**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

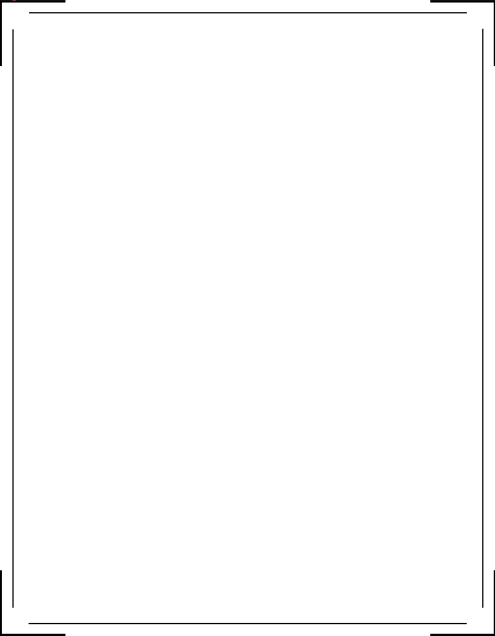


**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**

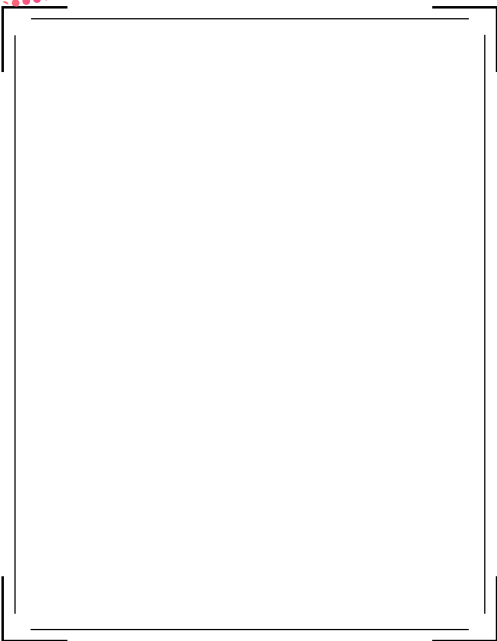


**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**



**Su kuo man siejasi ši
emocija/jausmas?**

**Kaip ją/jį patiriu? Kas su
manimi vyksta?**

Kada ją/jį patiriu?

**Ką galiu padaryti, kad ją/jį
jausčiau dažniau/rečiau?**



Linkiu turiningai praleista laiko

**Patirtimi, pastabomis ir nuomone galite pasidalinti
Atrandame kartu puslapyje Facebook
arba el. paštu atrandamekartu@gmail.com**