

Forstå følelsen – opgaveark

VREDE • BEKYMRING • GENERTHED • JALOUSI
SORG & SAVN • GLÆDE • MEDFØLELSE • STOLTHED

1. Hvad vil det sige at have eller mærke en følelse?

2. Skriv navnet på to følelser – én du gerne ville mærke, og én som ikke er så rar.

3. I hvilken situation tror du, man kunne føle en 'god' følelse?

4. I hvilken situation tror du, man kunne føle en 'ubehagelig' følelse?

5. Bag i bøgerne findes en liste med ord, som beskriver følelser. Vælg en følelse og find nogle ord i listen, som du forbinder med netop denne følelse.

6. Find nogle ord i listen, som du forbinder med følelsen jaloux/misundelig.

7. Hvad kan man gøre for at vise, at man forstår andres følelser?

8. Hvis du bliver vred, hvordan vil du så ønske at andre, forholder sig til det?

9. Ville du svare det samme, hvis følelsen var f.eks. glæde eller stolthed?

10. Skriv tre ord, som du forbinder med at være trist. Overvej om ordene har samme 'vægt', eller om der er forskel på graden af den følelse, som ordet beskriver.

