

Følelser i forskellige størrelser

Vi kan have mange forskellige følelser, og vi kan have dem i forskellige grader. Nogle gange føler vi os bare lidt kede af det, og andre gange føler vi os rigtig kede af det, alt efter situationen, hvad der sker, og hvordan vi lige har det den dag. Nogle gange føler vi ikke så meget. Det kalder vi en neutral følelse eller bare at være 'okay'.



Gennemgå følgende udsagn og situationer, og sæt ring om det svar, som du mener passer bedst.

1. **Enig/uenig:** Mine følelser kan ændre sig i løbet af dagen
2. **Enig/uenig:** Forskellige mennesker føler ikke lige meget i den samme situation
3. **Enig/uenig:** Det er okay at have den følelse, jeg har
4. Min nabo har vundet en masse penge i Lotto. Han føler sig nok
meget glad | lidt glad
5. Min vens hund er løbet væk. Han elsker hunden meget. Han føler sig nok
meget trist | lidt trist
6. Min klassekammerats ven har lånt min opgave, og jeg har ikke fået den igen.
Jeg føler mig nok
meget irriteret | lidt irriteret
7. Den bedste spiller på fodboldholdet har lige brækket benet, så nu kan han ikke spille i sæsonfinalen. Han føler sig nok
lidt frustreret | meget frustreret
8. Min far er lige blevet forfremmet. Han føler sig nok
meget stolt | lidt stolt

Følelser i forskellige størrelser

Til hvert af følgende billeder skal du prøve at komme med et smart gæt. Tror du, at personen oplever en stor følelse, en lille følelse eller en neutral følelse? Brug social tænkning! Det er okay at have forskellige opfattelser af situationerne. Bare vær klar til at dele dine tanker med de andre i klassen.



Sæt ring om dit svar ved hver situation:

Pigen ved fødselsdagskagen har en

stor følelse | lille følelse | neutral følelse

Pigen, der holder den grønne gave, har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse

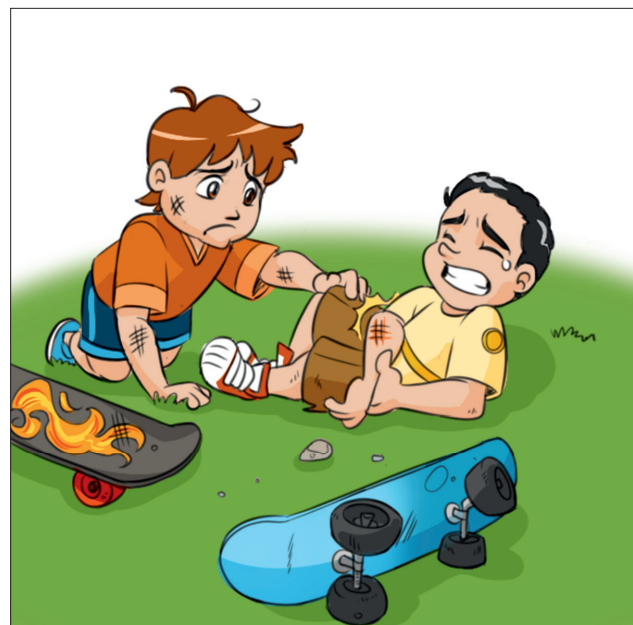


Husk: 'Neutral' betyder, at du ikke føler noget særligt. Det svarer til, at du bare føler dig 'okay'.



Sæt ring om dit svar:

Drengen i den gule T-shirt har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse



Følelser i forskellige størrelser



Sæt ring om dit svar ved hver situation:

Moren har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse

Drengen har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse



Sæt ring om dit svar ved hver situation:

Bedstemoren har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse

Den lille pige med den lyserøde kjole har
en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse

Moren har en
stor følelse | lille følelse | neutral følelse

