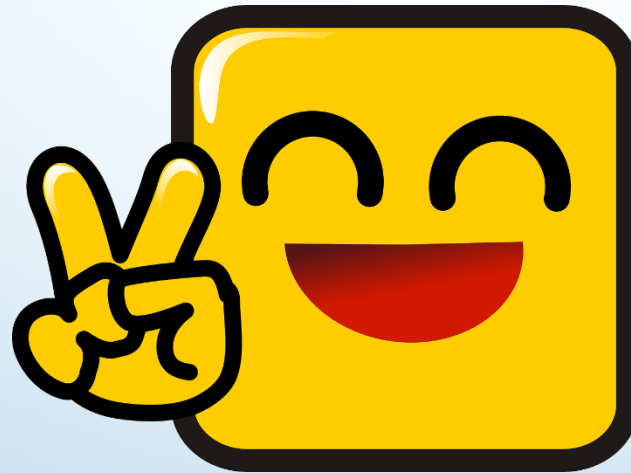


MOJE EMOCJE



JAK SIĘ DZISIAJ CZUJĘ?

JAKIE JEST MOJE SAMOPOCZUCIE W OSTATNIM CZASIE? 😊

1.

JAK SIĘ CZUJESZ W OSTATNIM CZASIE?

DOBRE



ŹLE



2.

WYBIERZ TE EMOCJE, KTÓRE DOTYCZĄ CIEBIE

➡ ZAGUBIONY

➡ ZMĘCZONY

➡ ZASKOCZONY

➡ CHORY

➡ ZACIEKAWIONY

➡ SPOKOJNY

➡ OBOJĘTNY

➡ WESOŁY

➡ ZŁY

➡ SMUTNY

➡ ZMARTWIONY

➡ PRZESTRASZONY

➡ SZCZĘŚLIWY

➡ PRZYGNEBIONY

➡ INNE...

3.

KTO MOŻE CI POMÓC, KIEDY JEST CI ŻŁE?

NAUCZYCIELE

PEDAGOG SZKOLNY

PSYCHOLOG SZKOLNY



PAMIĘTAJ!
O KAŻDEJ TRUDNEJ SYTUACJI
WARTO POROZMAWIAĆ
Z RODZICAMI, NA KTÓRYCH
ZAWSZE MOŻESZ LICZYĆ

4.

JAK LUBISZ SPĘDZAĆ WOLNY CZAS?

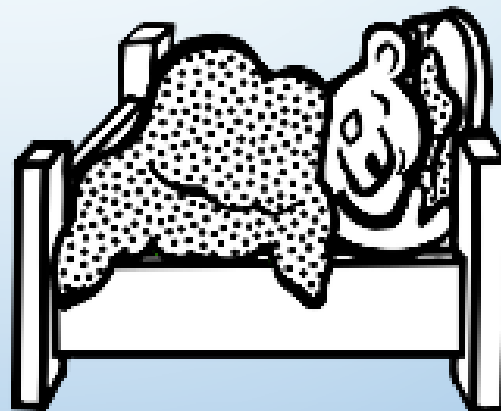
AKTYWNIE

- BIEGAĆ
- SKAKAĆ
- GRAĆ W PIŁKĘ



PASYWNIE

- SPAĆ
- GRAĆ W GRY KOMPUTEROWE
- OGLĄDAĆ TELEWIZJĘ



5.

CO ROBISZ W WOLNYM CZASIE?

- ➡ CZYTAM KSIĄŻKI
- ➡ OGLĄDAM TELEWIZJĘ
- ➡ GRAM W GRY KOMPUTEROWE
- ➡ GRAM W GRY PLANSZOWE
- ➡ POMAGAM RODZICOM
- ➡ ŚPIĘ
- ➡ NUDZĘ SIĘ
- ➡ BAWIĘ SIĘ Z RODZĘŃSTWEM
- ➡ SPĘDZAM CZAS ZE ZWIERZAKIEM DOMOWYM
- ➡ ROZMAWIAM Z RODZICAMI
- ➡ SURFUJE PO INTERNECIE
- ➡ ROBIĘ ZDJĘCIA
- ➡ OGLĄDAM YOUTUBE
- ➡ DZWONIĘ DO ZNAJOMYCH

➡ INNE...

6.

**A TERAZ SPRÓBUJ ODPOWIEDZIEĆ NA KILKA
PYTAŃ...**



7.

**NAJLEPSZA RZECZ, KTÓRA SIĘ OSTATNIO
WYDARZYŁA TO....**



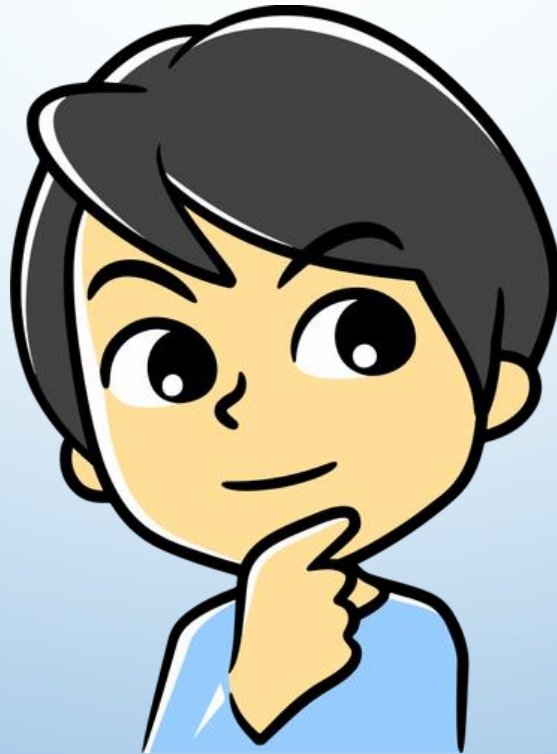
8.

**NAJTRUDNIEJSZE JEST
DLA MNIE...**



9.

**CODZIENNIE PAMIĘTAM O TYM,
ABY...**



10.

CZUJĘ WDZIĘCZNOŚĆ ZA...



11.

PIERWSZA RZECZ, KTÓRĄ ZROBIĘ PO OKRESIE EPIDEMII TO...



12.

MOIM NAJWIĘKSZYM MARZENIEM JEST...



13.

**A TERAZ WYOBRAŹ SOBIE, ŻE „ZŁOTA RYBKA”
SPEŁNI 3 TWOJE ŻYCZENIA – CO BY TO BYŁO?**

- 1.
- 2.
- 3.





*Don't worry, be happy now
Don't worry
Be happy
Don't worry, be happy now
Don't worry
Be happy
Don't worry, be happy*