

JAK SE CÍTÍM

To že se nějak cítíme, ještě neznamená, že se tak budeme cítit pořád. Když jde Tomáš poprvé někam, kde nikoho nezná, je nesmělý. To ale neznamená, že je nesmělý vždycky. Je mnoho situací, kdy se cítí sebevědomě. Vybav si situace, kdy jsi zažil následující pocity. Napiš něco o každém z uvedených pocitů.



Velmi odvážně jsem se cítil, když:

Vzrušení jsem cítil, když:

Uvolněně jsem se cítil, když:

Nervózní jsem byl, když:

Rozzlobený jsem byl, když:

Šťastný jsem byl, když:

Zklamán jsem byl, když:

Posilování kompetencí pedagogických pracovníků škol a školského poradenského zařízení i dětí a dospívajících v oblasti péče o duševní zdraví prostřednictvím vzdělávání a rozvoje psychosociálních dovedností

Projekt z Fondů EHP a Norska 2014 – 2021, Program Zdraví



Pedagogicko-psychologická poradna
a Speciálně pedagogické centrum
Královéhradeckého kraje

JAK SE CÍTÍM

To že se nějak cítíme, ještě neznamená, že se tak budeme cítit pořád. Když jde Tomáš poprvé někam, kde nikoho nezná, je nesmělý. To ale neznamená, že je nesmělý vždycky. Je mnoho situací, kdy se cítí sebevědomě. Vybav si situace, kdy jsi zažil následující pocity. Napiš něco o každém z uvedených pocitů.



Velmi odvážně jsem se cítil, když:

Vzrušení jsem cítil, když:

Uvolněně jsem se cítil, když:

Nervózní jsem byl, když:

Rozzlobený jsem byl, když:

Šťastný jsem byl, když:

Zklamán jsem byl, když:

Posilování kompetencí pedagogických pracovníků škol a školského poradenského zařízení i dětí a dospívajících v oblasti péče o duševní zdraví prostřednictvím vzdělávání a rozvoje psychosociálních dovedností

Projekt z Fondů EHP a Norska 2014 – 2021, Program Zdraví



Pedagogicko-psychologická poradna
a Speciálně pedagogické centrum
Královéhradeckého kraje