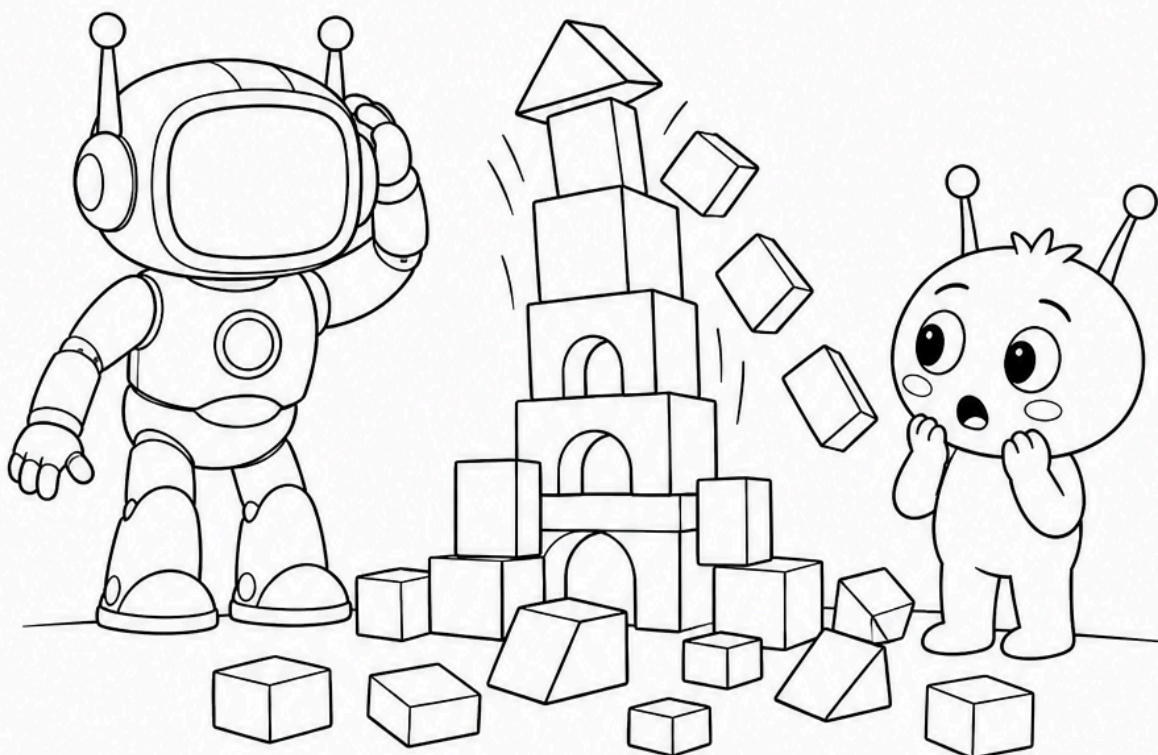


CO CZUJE EDWARD?

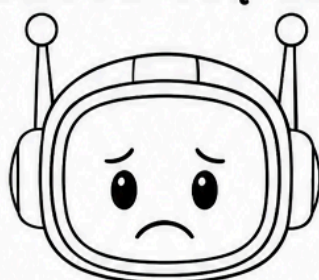
Przyjrzyj się sytuacji i zaznacz właściwą odpowiedź.



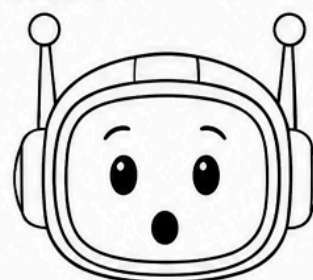
JAK CZUJE SIĘ EDWARD?



RADOŚĆ



SMUTEK

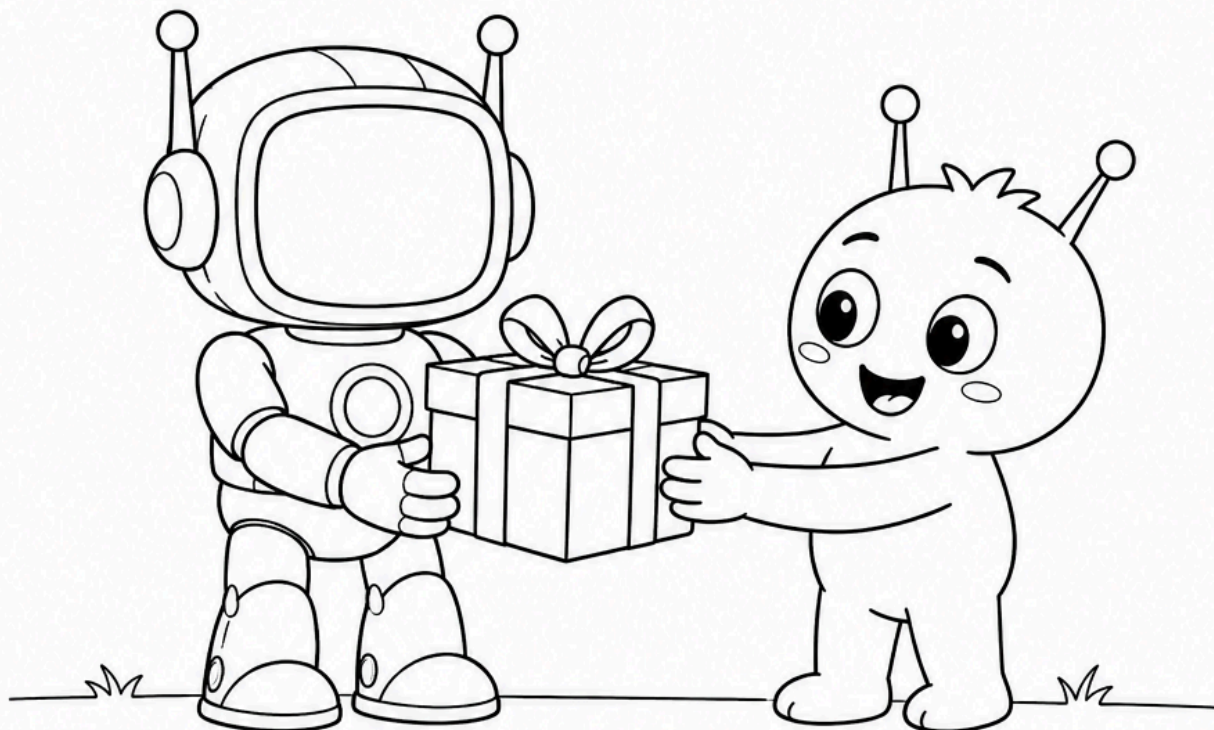


ZASKOCZENIE

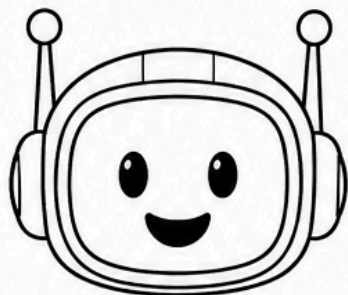
Dlaczego tak myślisz?

CO CZUJE EDWARD?

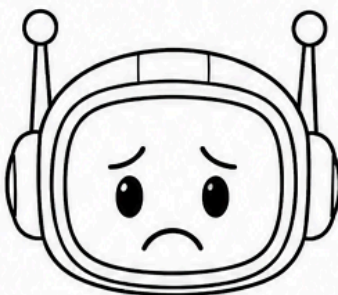
Przyjrzyj się sytuacji i zaznacz właściwą odpowiedź.



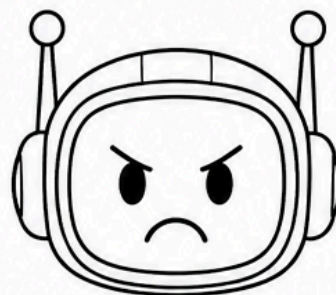
JAK CZUJE SIĘ EDWARD?



RADOŚĆ



SMUTEK

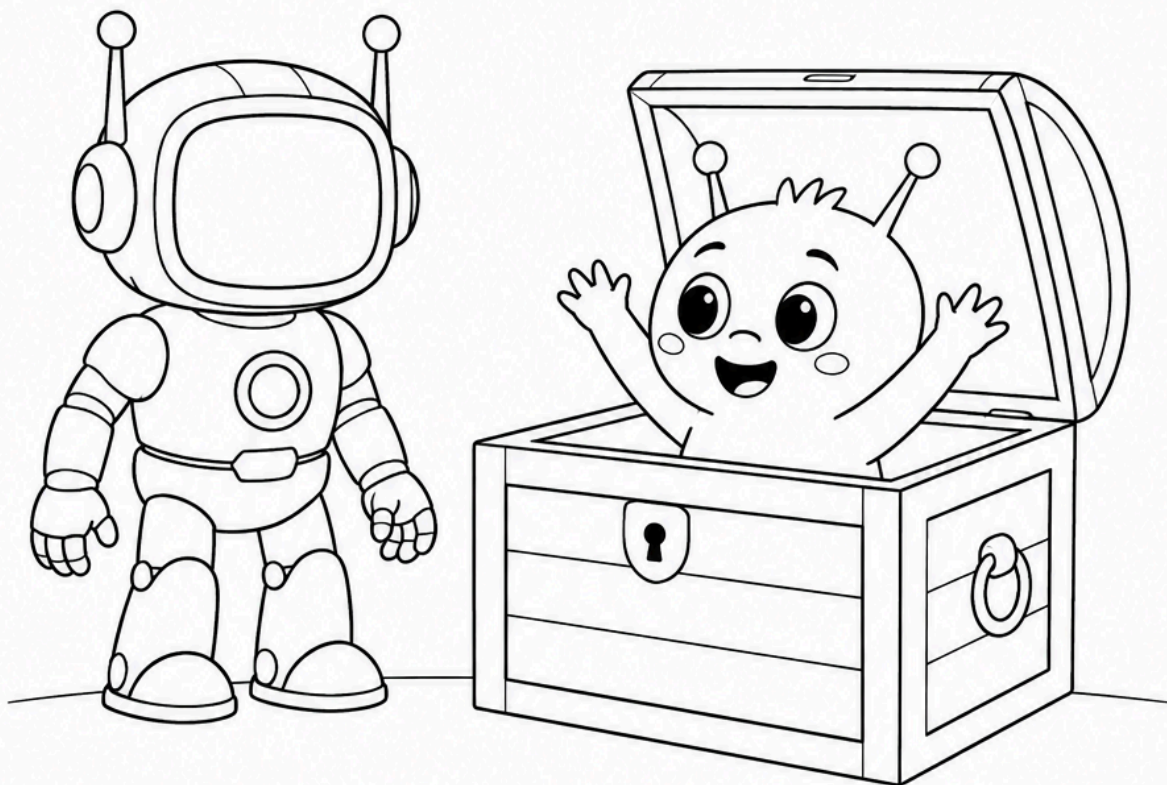


ZŁOŚĆ

Dlaczego tak myślisz?

CO CZUJE EDWARD?

Przyjrzyj się sytuacji i zaznacz właściwą odpowiedź.



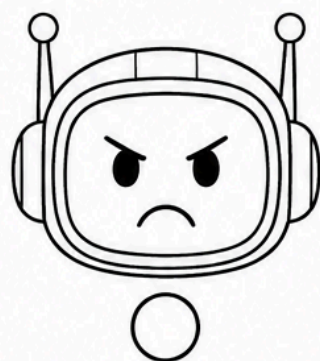
JAK CZUJE SIĘ EDWARD?



ZASKOCZENIE



SMUTEK

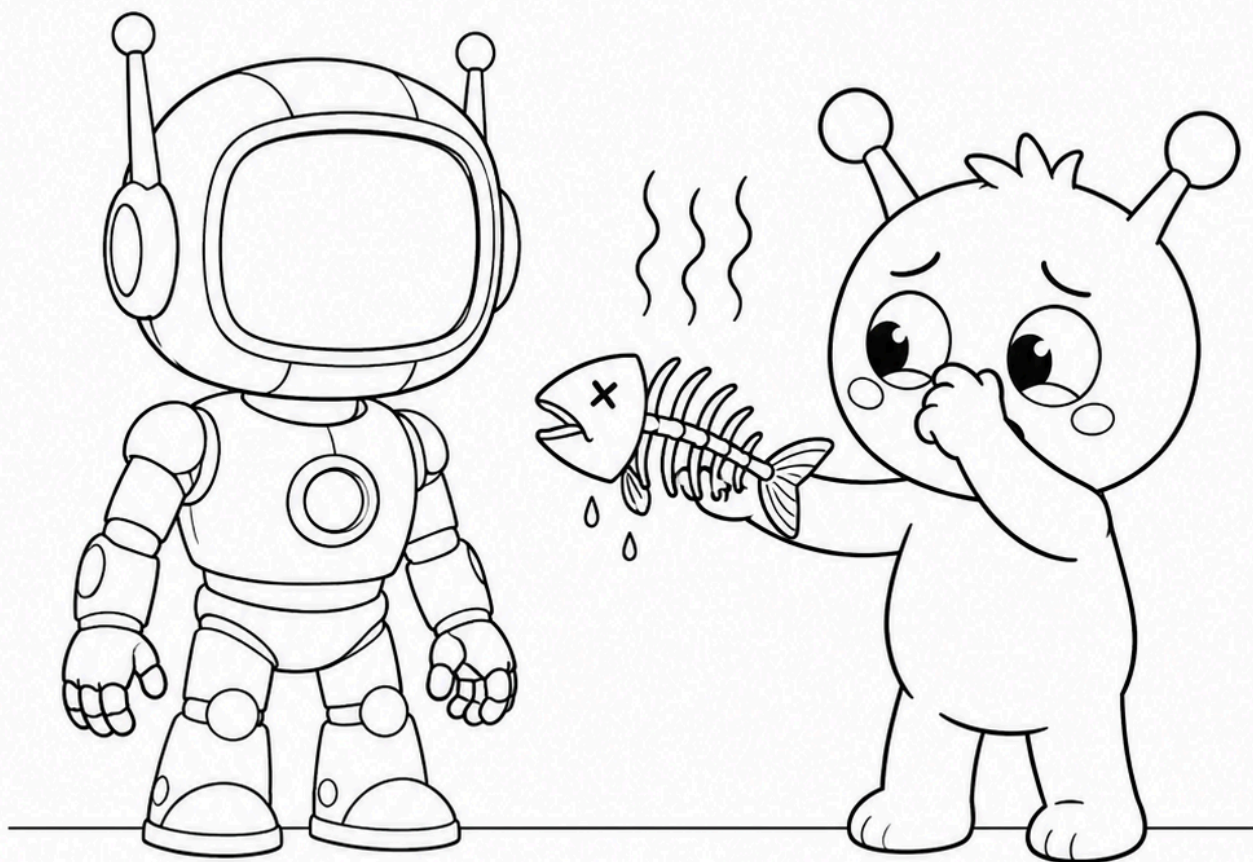


ZŁOŚĆ

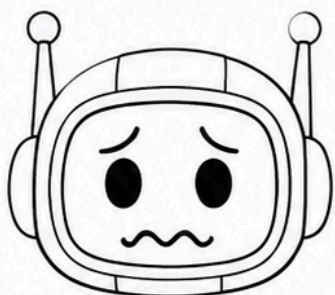
Dlaczego tak myślisz?

CO CZUJE EDWARD?

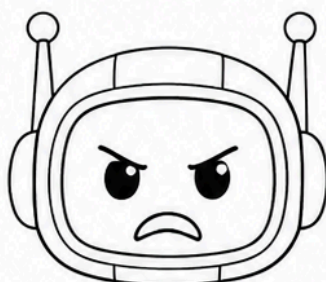
Przyjrzyj się sytuacji i zaznacz właściwą odpowiedź.



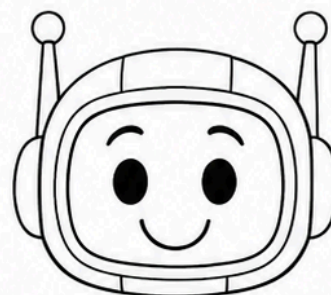
JAK CZUJE SIĘ EDWARD?



STRACH



WSTRĘT



RADOŚĆ

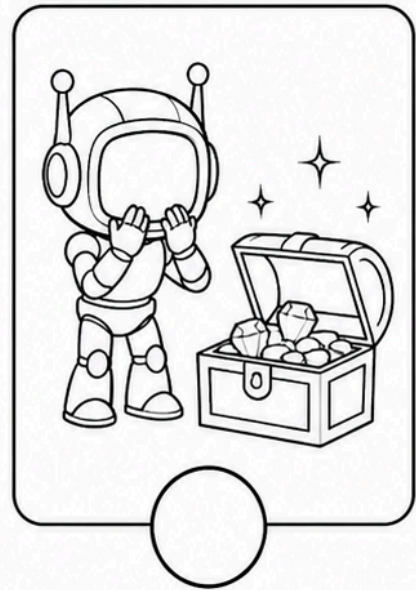
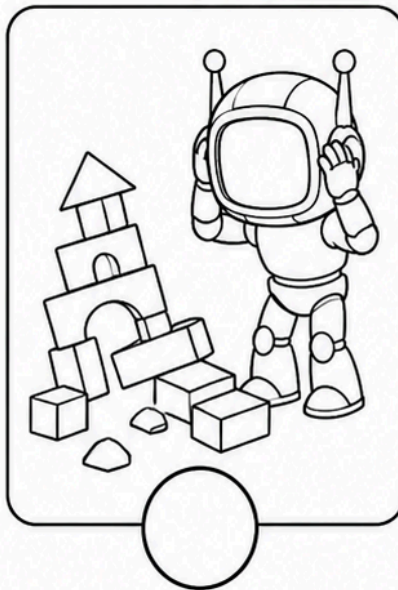
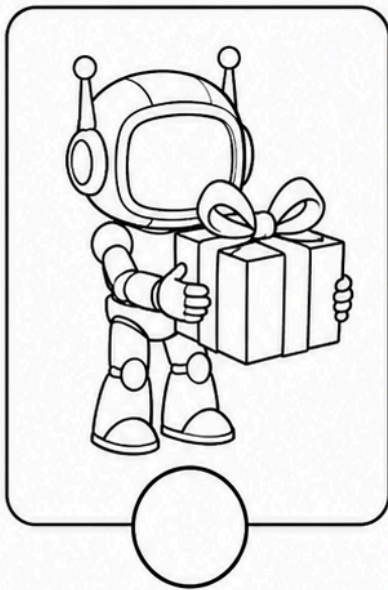
Dlaczego tak myślisz?

DLACZEGO EDWARD TAK SIĘ CZUJE?

Przyjrzyj się Edwardowi i zaznacz właściwą odpowiedź.



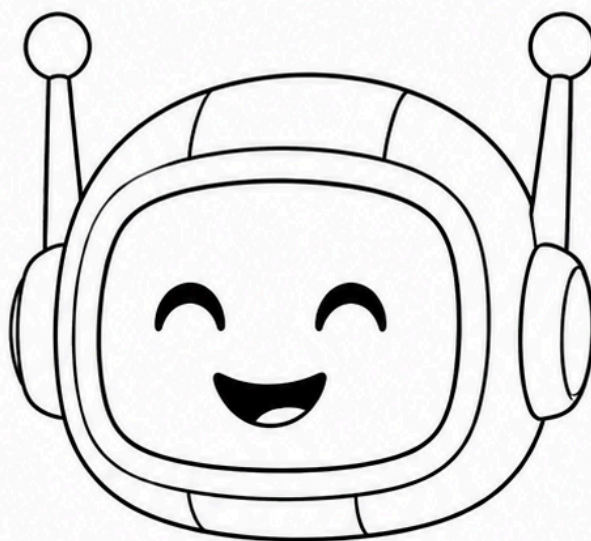
DLACZEGO EDWARD JEST SMUTNY?



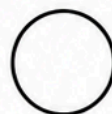
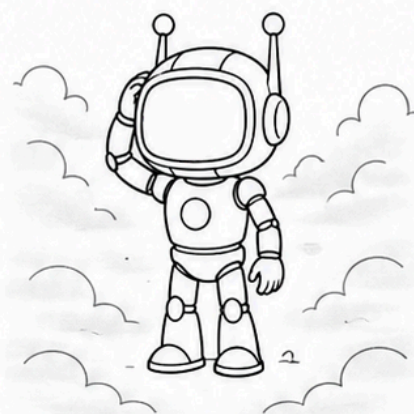
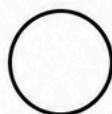
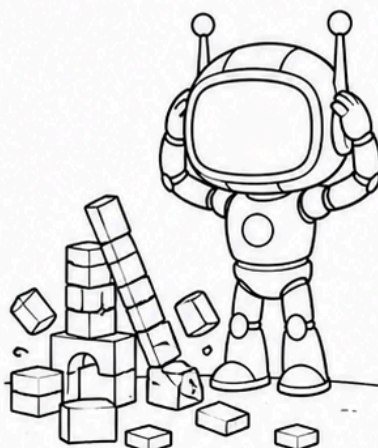
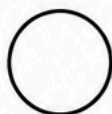
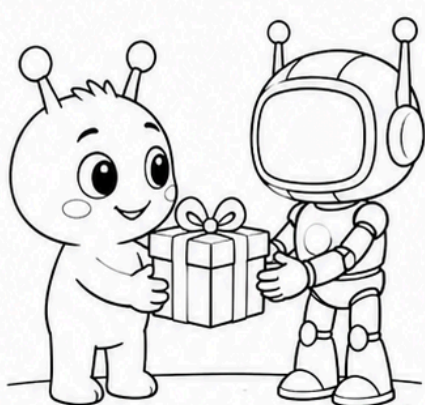
Dlaczego tak myślisz?

DLACZEGO EDWARD TAK SIĘ CZUJE?

Przyjrzyj się Edwardowi i zaznacz właściwą odpowiedź.



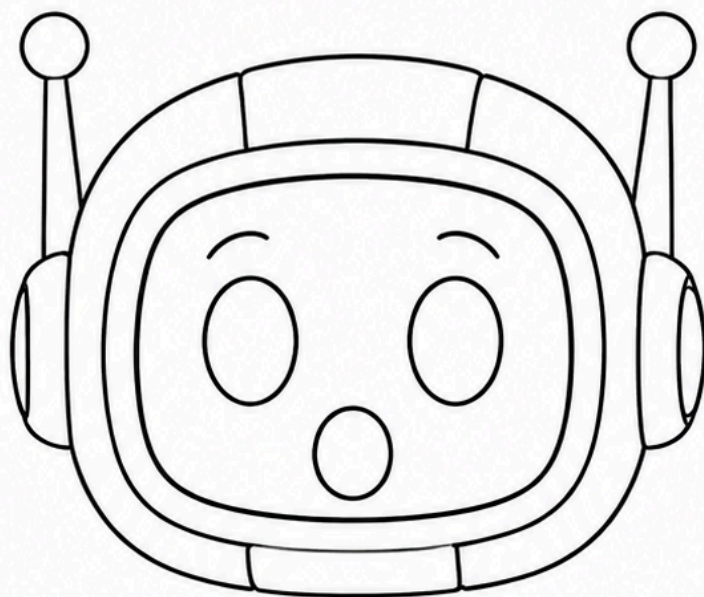
DLACZEGO EDWARD JEST RADOSNY?



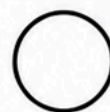
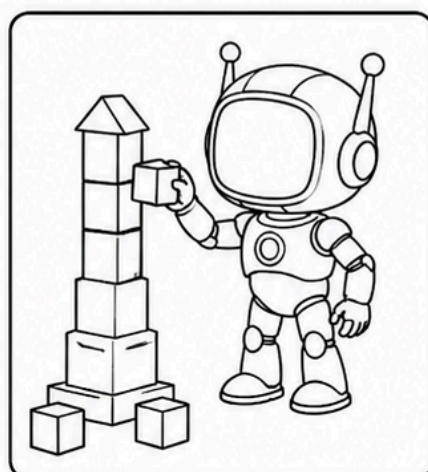
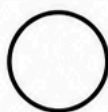
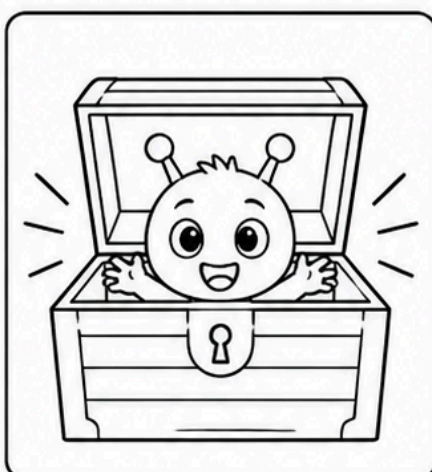
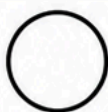
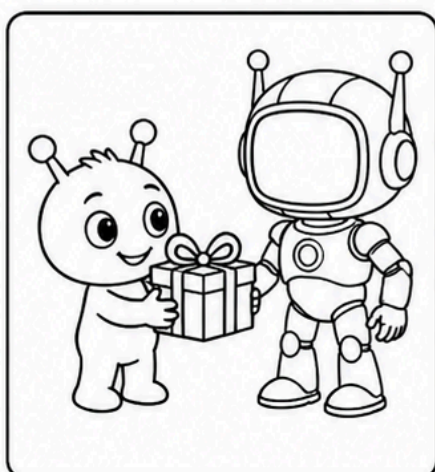
Dlaczego tak myślisz?

DLACZEGO EDWARD TAK SIĘ CZUJE?

Przyjrzyj się Edwardowi i zaznacz właściwą odpowiedź.



DLACZEGO EDWARD JEST ZASKOCZONY?



Dlaczego tak myślisz?

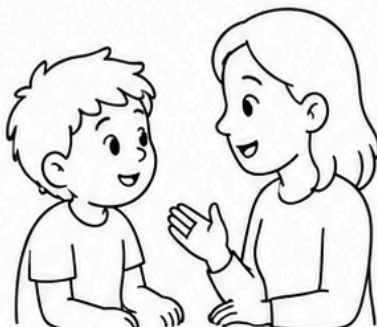
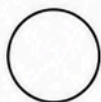


CO POMAGA TOBIE, KIEDY JESTEŚ SMUTNY?

Zaznacz, co może pomóc, kiedy jest Ci smutno.



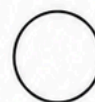
Przytulenie przez
bliską osobę.



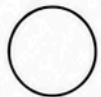
Rozmowa z rodzicem,
nauczycielem lub innym
zaufanym dorosłym.



Zabawa z kolegą
lub koleżanką.



Rysowanie lub
kolorowanie.



Czytanie książki.

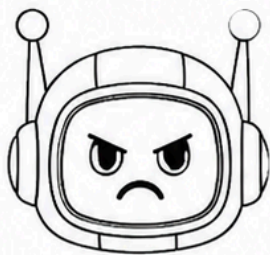


Chwila odpoczynku
w spokojnym miejscu.



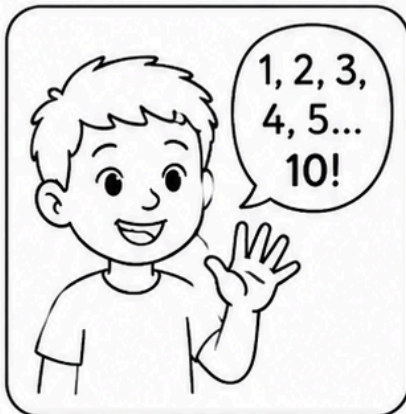
A TOBIE CO JESZCZE POMAGA?

Imię: _____



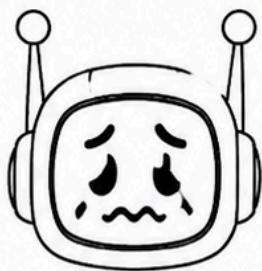
CO POMAGA TOBIE, KIEDY JESTEŚ ZŁY?

Zaznacz, co może pomóc, kiedy czujesz złość.

☐☐☐☐☐☐

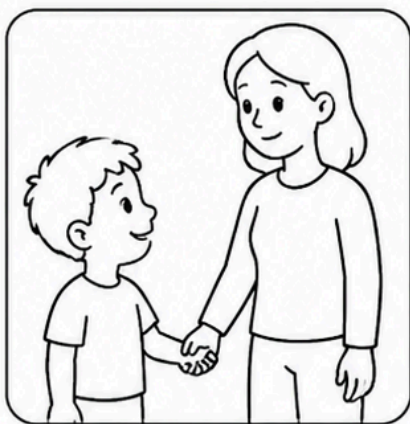
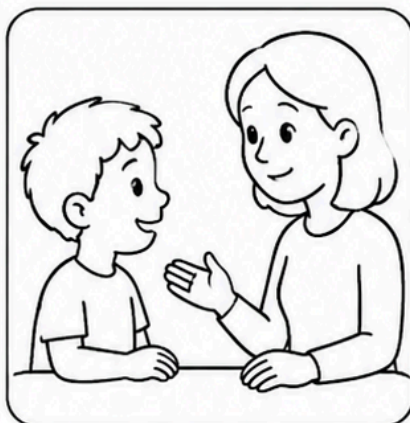
A TOBIE CO JESZCZE POMAGA?

Imię: _____



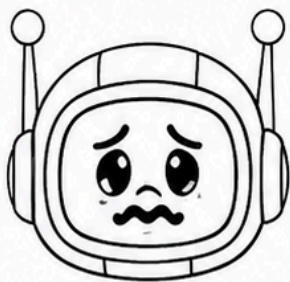
CO POMAGA TOBIE, KIEDY JESTEŚ PRZESTRASZONY?

Zaznacz, co może pomóc, kiedy czujesz strach.



A TOBIE CO JESZCZE POMAGA?

Imię: _____



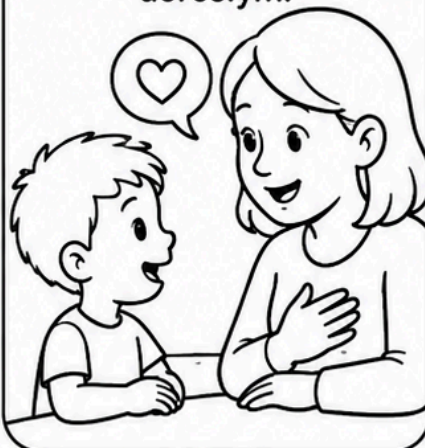
CO POMAGA TOBIE, KIEDY JESTEŚ PRZESTRASZONY?

Zaznacz, co może pomóc, kiedy czujesz strach.

Przytulam ulubioną
maskotkę.

☐

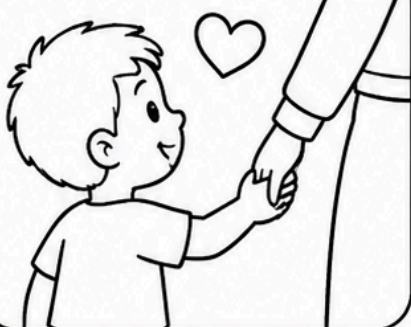
Rozmawiam z zaufanym
dorosłym.

☐

Biorę kilka spokojnych
głębokich oddechów.

☐

Trzymam za rękę
mamę, tatę
lub nauczyciela.

☐

Zapalam małą
lampkę nocną
przed snem.

☐

Słucham spokojnej
bajki lub opowieści.

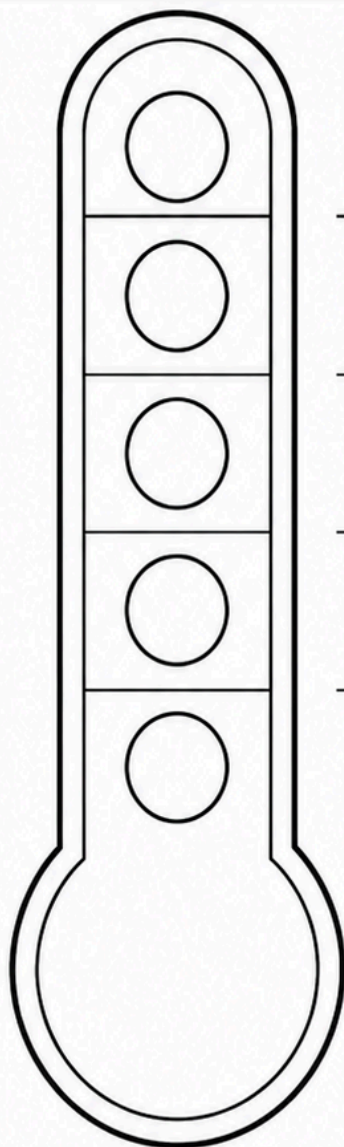
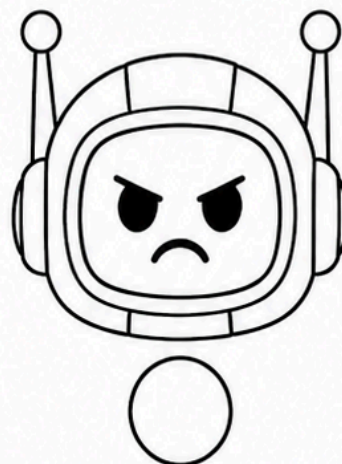
☐

A TOBIE CO JESZCZE POMAGA?

Imię: _____

TERMOMETR UCZUĆ

Jak się dziś czujesz?



OGROMNIE

BARDZO

ŚREDNIO

MAŁO

TROSKĘ

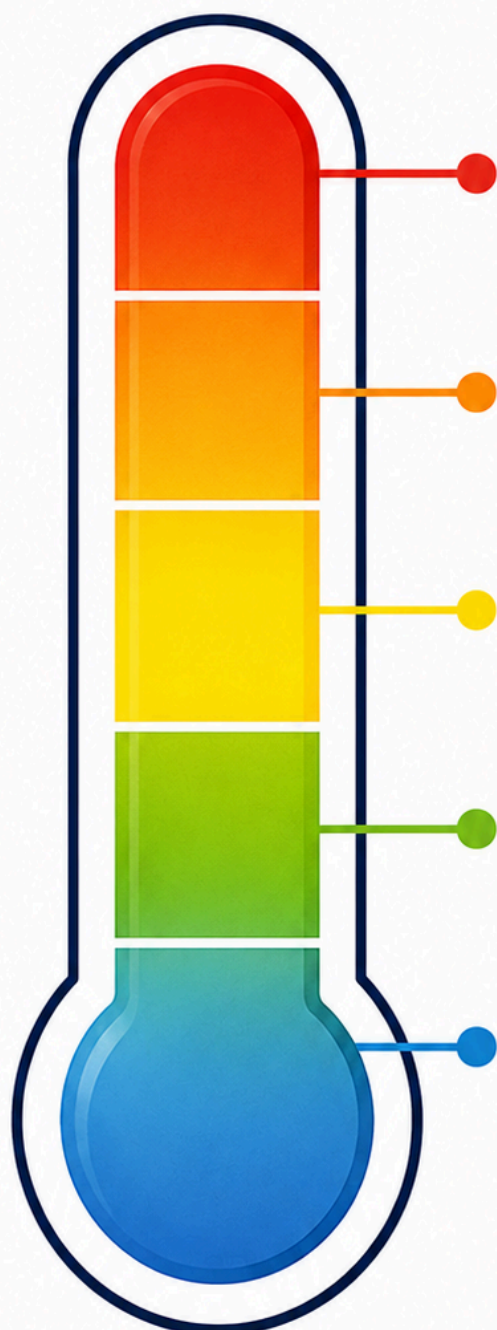
CO SPRAWIŁO,
ŻE TAK SIĘ CZUJESZ?

Imię: _____

Data: _____

TERMOMETR UCZUĆ

POKAŻ, JAK SIĘ DZIŚ CZUJESZ.



OGROMNIE

BARDZO

ŚREDNIO

MAŁO

TROSZKĘ

