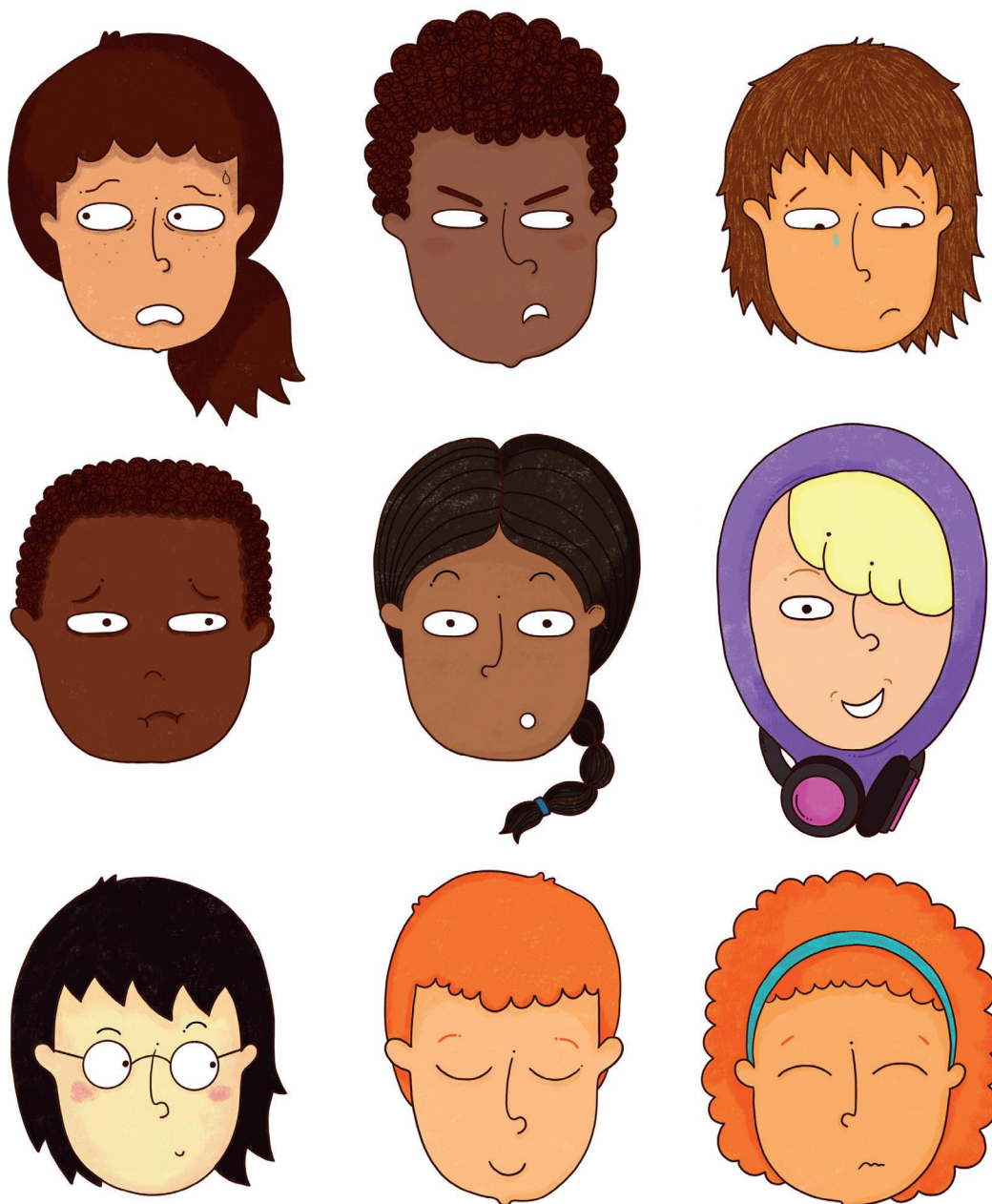


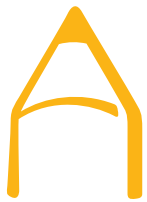
FAKTABLAD

LÄTTA OCH JOBBIGA KÄNSLOR

OLIKA SORTERS KÄNSLOR

Alla människor har massor av känslor inom sig. Det är vanligt att känna flera känslor samtidigt. Vilka känslor finns det?





AKTIVITETSBLAD

LÄTTA OCH JOBBIGA KÄNSLOR

MASKEN

Klipp ut masken.

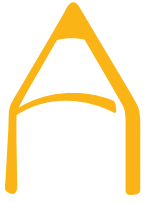
Rita en bra känsla på ena sidan.

Rita sedan en jobbig känsla på den andra sidan.

Prova sedan masken och känn hur det är att visa
en känsla och känna en annan.

*Går det att ha
olika känslor samtidigt?
Att visa en känsla men
känna en annan?*





AKTIVITETSBLAD

LÄTTA OCH JOBBIGA KÄNSLOR MASKEN

Här kommer förslag på frågor ni kan ställa till barnen i samband med att de arbetar med aktiviteten "Masken".

- 1. Berätta om någon gång när du visat en känsla utåt, fast du egentligen har känt på ett annat sätt.**
- 2. Hur kommer det sig att vi inte alltid vill visa vad vi känner?**
- 3. Finns det situationer då det kan vara bra att inte visa vad du känner?**
- 4. Finns det situationer då det är extra viktigt att visa och berätta vad du känner?**
- 5. Vem brukar du prata med om hur du mår och hur du känner dig?**

