



## Vojta: EMOCE. Máš z toho slova nějaké EMOCE?

**Anička:** Nerozumím, na co se ptáš...

**Vojta:** Ptám se, jestli v tobě slovo EMOCE vyvolává nějaké pocity?

**Anička:** Myslíš třeba strach? Jestli se ho bojím?

**Vojta:** Přesně! To jsou EMOCE! A proč se ho prosím tě bojíš?

**Anička:** Ale nebojím, jen jsem zjišťovala, na co se ptáš.

**Vojta:** Tak dobře.

EMOCE máme všichni a pořád. Dáváme jimi najevo, jak na nás co působí, jak se cítíme, jakou máme náladu, co prožíváme. Strach...

**Anička:** Radost...

**Vojta:** Smutek...

**Anička:** Hněv...

**Vojta:** EMOCE se složitě popisují, protože mohou být různě silné. Strach můžeš mít malý, zbytečný nebo velký, strašidelný... Proto si pomáháme přirovnáním - hrůzou mi vstávaly vlasy na hlavě!

**Anička:** Jsem šťastná jako blecha!

**Vojta:** Většina EMOCÍ je nakažlivá. Když se někdo začne smát, začneme se alespoň usmívat. Proto je nám dobře ve společnosti lidí, kteří jsou radostní.



Malé děti nechávají svým EMOCÍM volný průběh.



**Anička rozzlobeně:** To ale neznamená, že když někdo pláče, třeba ve filmu, a já se rozbřečím také, že jsem malé dítě!

**Vojta:** Během dospívání se učíme EMOCE potlačovat, zvládat. Nejde o to, že nechceme být upřímní, ale jsou situace, kdy se nehodí se smát, i kdyby se nám moc chtělo. A někdy nechceme dát najevo, že se zlobíme nebo je nám něco líto. EMOCE můžou za to, že někoho máme rádi, a přitom ho můžeme zároveň i trochu nenávidět.

**Anička:** Tentokrát s tebou hodně souhlasím, ani si neumíš představit, jak moc.

**Vojta:** Ale jo, cítím to..., tak už se nezlob, jen jsem tě provokoval.

## Úkoly:

Zkus vyjmenovat všechny EMOCE, na které si vzpomeneš.

Zkus říct jednu větu smutně, jednu radostně, další rozzlobeně, jinou uraženě a poslední vystrašeně.

Nakresli obličej vyjadřující tyto EMOCE: smutek, radost, bolest, strach, hněv.



EMOCE jsou nakažlivé, zkus se smát tak dlouho, až rozesměješ všechny kolem sebe.