

1.B.1 | ÆFING AÐ BERA KENNSL Á TILFINNINGAR

Leiðbeiningar

Hluti af kafla [1.B Æfingar](#) til að byggja upp tilfinningagreind og öðlast færni og getu í að þekkja eigin tilfinningar.

Þetta verkefnablað inniheldur sett af myndum til að nota í þessu verkefni. Hver síða sýnir 2 tilfinningar, það eru 12 tilfinningar í allt.

- 1) Prentaðu þetta skjal út.
- 2) Klipptu út hverja mynd og orðið sem lýsir tilfinningunni.
- 3) Sýndu nemendum þessi mismunandi andlit, eitt af öðru
- 4) Biddu nemendur um að finna orð til að lýsa þeim eins og „glöð/glaður“, „leið/ur“, „reið/ur.“





áhyggjufull/ur

hneykslaður



✂

leið/ur



✂

hrædd/ur



reiọ/ur



spennt/ur



✂
pirruồ/pirraồư ✂

ringluồ



hissa



í uppnámi



glööðe/glaður

leiðist