

SŁOWNICZEK EMOCJI – „A”

Pamiętaj – tak naprawdę nie ma złych emocji, są tylko niewłaściwe sposoby ich pokazywania.

Każdy człowiek boryka się z różnego rodzaju emocjami i tylko od niego zależy, jak sobie z nimi poradzi.

Dzisiaj wyrazy ze słowniczka na „A”

ADAPTACJA, AGRESJA, AKCEPTACJA, AMBICJA, AROGANCJA, ASERTYWNOŚĆ

Adaptacja - to przystosowanie się do nowego środowiska społecznego, sytuacji i warunków. Dla dziecka takim nowym środowiskiem jest np. szkoła. ... Niektóre dzieci są wówczas zaintrygowane, inne są niespokojne, niepewne, boją się zostać same bez rodziców. Ich poczucie bezpieczeństwa zostaje zachwiane.

Agresja - termin ten wywodzi się od łacińskiego słowa "agresjo", rozumianego jako "atak" lub "napaść". To przeróżnego rodzaju zachowania, które – przejawiane przez jedną osobę – mają doprowadzić do szkody psychicznej lub fizycznej u drugiego człowieka.

Akceptacja – czyli przyjmowanie – uznanie czegoś, potwierdzenie czegoś, pogodzenie się z czymś, czego nie można zmienić, uznanie czyichś cech postępowania za zgodne z oczekiwaniami, a także formalna zgoda na jakieś działania.

Ambicja – żądza sławy, czci, uznania; staranie się, szlachetna duma, poczucie własnej godności – postawa człowieka, cecha charakteru polegająca na silnym poczuciu godności osobistej oparta na stawianiu sobie trudnych celów i dążeniu do ich realizacji (człowiek ambitny).

Arogancja – pewność siebie połączona z lekceważeniem innych.

Asertywność – czyli posiadanie i wyrażanie własnego zdania oraz bezpośrednio wyrażanie emocji, a także obrona własnych praw w różnych sytuacjach.

[źródło pl.wikipedia.org](http://źródło.pl.wikipedia.org)

opracowanie Beata Duraj

pedagog szkolny