colorcards®

Emotions

SECOND EDITION







Emotions
Emotionen
Émotions

Känslor
Emoties
Emociones

Emozioni
Emoções
エモーション

Speechmark

ROUTLEDGE

Contents

ENGLISH 3

DEUTSCH 8

FRANCAIS 13

SVENSK 18

NEDERLANDS 23

ESPANOL 28

ITALIANO 33

PORTUGUES 38

日本語 43

Second edition published 2018
by **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
and by **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

***ColorCards**® is a trademark of Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business*

Images reproduced with permission from iStockphoto.com

© 2018 Routledge

All rights reserved. No part of this resource may be reprinted or reproduced or utilised in any form or by any electronic, mechanical, or other means, now known or hereafter invented, including photocopying and recording, or in any information storage or retrieval system, without permission in writing from the publishers.

Trademark notice: Product or corporate names may be trademarks or registered trademarks, and are used only for identification and explanation without intent to infringe.

First edition published by Speechmark Publishing 1996

British Library Cataloguing-in-Publication Data

A catalogue record for this resource is available from the British Library

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

A catalog record for this resource has been requested

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introduction

These cards have been designed to support understanding of emotions. The clear illustrations of emotional situations encourage understanding of people's feelings. The design allows a flexible approach with a variety of interpretations and responses. The cards are designed for use in individual and group settings of all ages.

Contents

This pack comprises 48 large format photocards. They are divided into three groups, each with different emphasis:

Group I: **Individual people**

Cards 1–8 are simple and depict people showing emotions through facial expression and body language.

Group II: **Difficult situations**

Cards 9–28 show scenes with people involved in familiar activities. Generally, in this group, the emphasis is on situations where difficulties are experienced and feelings are adversely affected.

Group III: **Enjoyable situations**

Cards 29–48 show scenes with people in enjoyable and pleasurable situations where they feel content.

Group I: **Individual people**

Card	Title	Resource words for Group I
1	Happy girl	delighted, excited, happy
2	Sad woman	distressed, sad, upset
3	Disapproving man	critical, disappointed, disapproving
4	Sulky girl	fed-up, moody, sulky
5	Tired woman	bored, exhausted, tired
6	Frightened boy	anxious, frightened, surprised
7	Relaxed man	confident, happy, relaxed
8	Angry man	aggressive, angry, upset

Group II: **Difficult situations**

Card	Title	Card	Title
9	Mealtime	19	Noise
10	Breakdown	20	Funeral
11	Learning	21	Thinking
12	Bad day	22	Cyclist
13	Dentist	23	Homework
14	Workload	24	Demonstration
15	Going away	25	Sports
16	Car accident	26	Shopping
17	Tidy up	27	Comforting
18	Play time	28	Tension

Resource words for Group II

Afraid
Aggressive
Aloof
Angry
Annoyed
Anxious
Apathetic
Apologetic
Apprehensive
Arrogant
Ashamed
Bored
Cautious
Defiant
Dejected
Depressed
Disappointed
Disapproving
Discouraging
Disgusted
Disheartened
Distressed
Embarrassed
Encouraging
Enraged
Envious
Exasperated
Excluded
Exhausted
Fatigued
Fearful
Foolish
Frightened
Frustrated
Furious
Guilty
Helpless
Hesitant
Hostile
Humiliated
Hurt
Impatient
Intimidated
Isolated
Jealous
Lonely
Mean
Miserable
Obstinate
Overwhelmed
Pained
Philosophical
Puzzled
Regretful
Resigned
Sad
Scared
Shocked
Sorry
Stubborn
Sulky
Suspicious
Sympathetic
Tense
Tired
Uncomfortable
Unhappy
Upset
Weary
Withdrawn
Worried

Group III: **Enjoyable situations**

Card	Title	Card	Title
29	New baby	39	Clowns
30	Graduation	40	Camping
31	Kitten	41	Care home
32	Friends	42	Couple
33	Party	43	Visit
34	Puzzle	44	First car
35	Wedding	45	Holiday
36	Rain	46	Celebration
37	Team sport	47	Embrace
38	Shared joke	48	Discovery

Resource words for Group III

Affectionate
Appreciative
Brave
Calm
Carefree
Caring
Comfortable
Compassionate
Competitive
Confident
Content
Cuddly
Delighted
Dependable
Determined
Elated
Encouraging
Excited
Fascinated
Focussed
Friendly
Glad
Gracious
Grateful
Happy
Harmonious
Honest
Hopeful
Inspired
Interested
Jovial
Joyful
Kind
Loving
Mindful
Optimistic
Passionate
Patient
Peaceful
Persevering
Playful
Pleased
Protective
Proud
Reassuring
Relaxed
Relieved
Respectful
Safe
Satisfied
Selfless
Supportive
Sympathetic
Tender
Thoughtful
Triumphant
Understanding
Warm

Application

This pack allows for flexibility of presentation. It may be worked through systematically or dipped into in a more informal way according to the needs of the students. It has the potential to illustrate many important issues surrounding the subject of emotions and feelings. Some of these are listed below:

- the nature of emotions
- the range of feelings that different situations bring about
- the importance of individual needs and feelings
- recognition of the emotional needs of others
- non-verbal behaviour such as facial expression, body posture, proximity and gesture
- how individual behaviour can affect the feelings of others
- individual responsibility in helping other people to feel comfortable and unthreatened
- the ability to problem-solve through discussion of ways to lessen difficulties or to resolve the situations shown
- the inevitability of some negative or difficult situations in life, and the possibility that individual feelings may change with time

DEUTSCH

Zweite Auflage, veröffentlicht 2018
von **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN, Großbritannien
und von **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017, USA

ColorCards® ist ein Markenzeichen von Routledge, einer Verlagsmarke der Taylor & Francis-Gruppe, einem informa-Unternehmen

Abbildungen wurden mit der Erlaubnis von iStockphoto.com vervielfältigt

© 2018 Routledge

Alle Rechte vorbehalten. Ohne schriftliche Einwilligung der Verleger ist ein Nachdruck, eine Vervielfältigung oder eine Verwendung dieser Quelle in jeglicher Form ausdrücklich untersagt. Dazu gehören heute bekannte oder in Zukunft erfundene elektronische, mechanische oder andere Mittel, einschließlich Fotokopierern und Aufnahmegeräten, oder Datenspeicherungs- sowie Datenabfragesystemen.

Warenzeichenhinweis: Bei Produkt- oder Firmennamen handelt es sich möglicherweise um Markenzeichen oder eingetragene Warenzeichen, die nicht verletzt und nur zu Identifikations- sowie Erläuterungszwecken verwendet werden dürfen.

Katalogisierungsdaten der British Library

Ein Katalogeintrag dieser Quelle ist in der British Library verfügbar.

Katalogisierungsdaten der Library of Congress

ISBN: 978-1-138-10295-8

Einführung

Diese Karten wurden entwickelt, um das Verständnis von Emotionen zu unterstützen. Die deutlichen Abbildungen von emotionalen Situationen fördern das Verständnis von menschlichen Gefühlen. Das Design erlaubt eine flexibel Herangehensweise mit einer Vielzahl an Interpretationen und Antworten. Die Karten wurden sowohl für Einzel- als auch für Gruppensituationen für Menschen jeden Alters entwickelt.

Inhalte

Dieser Stapel enthält 48 Fotokarten im Großformat.
Sie sind in drei Gruppen aufgeteilt, jede von ihnen mit unterschiedlichen Schwerpunkten:

Gruppe I: **Einzelpersonen**

Die Karten 1 – 8 sind einfach und zeigen Menschen, die mit Gesichtsausdrücken und Körpersprache Emotionen ausdrücken.

Gruppe II: **Schwierige Situationen**

Die Karten 9 – 28 zeigen Szenen mit Menschen bei vertrauten Aktivitäten. Generell liegt der Schwerpunkt in dieser Gruppe auf Situationen, in denen Schwierigkeiten durchlebt und Gefühle beeinträchtigt werden.

Gruppe III: **Angenehme Situationen**

Die Karten 29 – 48 zeigen Szenen mit Menschen in angenehmen und vergnüglichen Situationen, in denen sie zufrieden sind.

Gruppe I: **Einzelpersonen**

Karte	Titel	Hilfswörter für Gruppe 1
1	Fröhliches Mädchen	erfreut, aufgeregt, fröhlich
2	Traurige Frau	bekümmert, traurig, aufgebracht
3	Missbilligender Mann	kritisch, enttäuscht, missbilligend
4	Mürrisches Mädchen	deprimiert, launisch, mürrisch
5	Müde Frau	gelangweilt, erschöpft, müde
6	Verängstigter Junge	ängstlich, verängstigt, überrascht
7	Entspannter Mann	zuversichtlich, fröhlich, entspannt
8	Verärgerter Mann	aggressiv, verärgert, aufgebracht

Gruppe II: **Schwierige Situationen**

Karte	Titel	Karte	Titel
9	Essenszeit	19	Lärm
10	Panne	20	Beerdigung
11	Lernen	21	Nachdenken
12	Schlechter Tag	22	Radfahrer
13	Zahnarzt	23	Hausaufgaben
14	Belastung	24	Demonstration
15	Weggehen	25	Sport
16	Autounfall	26	Shopping
17	Aufräumen	27	Trösten
18	Spielzeit	28	Spannung

Hilfswörter für Gruppe II

Ängstlich
Aggressiv
Distanziert
Aufgebracht
Verärgert
Besorgt
Teilnahmslos
Rechtfertigend
Bedenklich
Arrogant
Beschämt
Gelangweilt
Vorsichtig
Trotzig
Deprimiert
Niedergeschlagen
Enttäuscht
Missbilligend
Entmutigend
Angewidert
Entmutigt
Bekümmert
Verlegen
Ermutigend
Erzürnt
Neidisch
Verzweifelt
Ausgegrenzt
Erschöpft
Ermüdet
Furchtsam
Albern
Verängstigt
Frustriert
Wütend
Schuldig
Hilflos
Zögernd
Feindselig
Gedemütigt
Verletzt
Ungeduldig
Eingeschüchtert
Isoliert
Eifersüchtig
Allein
Gemein
Unglücklich
Stur
Überwältigt
Gequält
Philosophisch
Verdutzt
Bedauernd
Resigniert
Traurig
Erschrocken
Schockiert
Bedauernd
Hartnäckig
Mürrisch
Verdächtig
Verständnisvoll
Nervös
Müde
Unbehaglich
Unglücklich
Aufgebracht
Überdrüssig
Zurückgezogen
Besorgt

Gruppe III: **Angenehme Situationen**

Karte	Titel	Karte	Titel
29	Neugeborenes	39	Clowns
30	Abschluss	40	Camping
31	Kätzchen	41	Pflegeheim
32	Freunde	42	Paar
33	Party	43	Besuch
34	Puzzle	44	Erstes Auto
35	Hochzeit	45	Ferien
36	Regen	46	Feier
37	Teamsport	47	Umarmung
38	Gemeinsames Lachen	48	Entdeckung

Hilfswörter für Gruppe III

Herzlich
Anerkennend
Mutig
Ruhig
Sorglos
Fürsorglich
Behaglich
Mitfühlend
Wettbewerbsfähig
Zuversichtlich
Zufrieden
Verschmust
Erfreut
Zuverlässig
Entschlossen
Begeistert
Aufmunternd
Aufgeregt
Fasziniert
Fokussiert
Freundlich
Froh
Gnädig
Dankbar
Fröhlich
Harmonisch
Ehrlich
Hoffnungsvoll
Inspiriert
Interessiert
Heiter
Freudig
Nett
Liebevoll
Aufmerksam
Optimistisch
Leidenschaftlich
Geduldig
Friedlich
Ausdauernd
Verspielt
Erfreut
Beschützend
Stolz
Beruhigend
Entspannt
Erleichtert
Respektvoll
Sicher
Zufrieden
Selbstlos
Unterstützend
Mitfühlend
Zärtlich
Nachdenklich
Triumphierend
Verständnisvoll
Herzlich

Anwendung

Diese Packung ermöglicht Flexibilität bei der Präsentation. Sie kann entweder systematisch durchgearbeitet werden oder man befasst sich flüchtig und ungezwungen mit ihr, je nach den Bedürfnissen der Schüler. Sie hat das Potenzial, viele wichtige Aspekte rund um die Themen Emotionen und Gefühle zu verdeutlichen. Einige dieser Aspekte sind hier aufgeführt:

- die Natur der Emotionen
- die Bandbreite an Gefühlen, die verschiedene Situationen herbeiführen
- die Bedeutung von persönlichen Bedürfnissen und Gefühlen
- Anerkennung von emotionalen Bedürfnissen anderer Menschen
- nonverbales Verhalten, wie etwa Mimik, Körperhaltung, Nähe und Gestik
- wie persönliches Verhalten die Gefühle anderer Menschen beeinflussen kann
- persönliche Verantwortung, anderen Menschen zu helfen, sich behaglich und unbedroht zu fühlen
- die Fähigkeit der Problemlösung durch das Diskutieren von Möglichkeiten, Schwierigkeiten zu mindern oder die gezeigten Situationen aufzulösen
- die Unvermeidbarkeit von negativen oder schwierigen Situationen im Leben und die Möglichkeit, dass persönliche Gefühle sich mit der Zeit ändern können

Deuxième édition publiée en 2018
par **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
et par **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

ColorCards® est une marque déposée de Routledge, une impression de Taylor & Francis Group, une entreprise du groupe informa

Images reproduites avec l'autorisation d'iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Tous droits réservés. Aucun élément de cette ressource ne peut être réimprimé, ni reproduit, ni réutilisé sous aucune forme, ni par aucun moyen électronique, mécanique ou autre, connu aujourd'hui ou encore à inventer, y compris les photocopies et les enregistrements, ou tout système de stockage ou de récupération d'informations, sans l'autorisation écrite des éditeurs.

Avis de marque déposée : les noms de produits ou de sociétés peuvent être des marques déposées ou des marques enregistrées, et sont uniquement utilisés dans un but d'identification et d'explication sans intention de violation.

Données de catalogage avant publication de la British Library

Une notice catalographique pour cette ressource est disponible auprès de la British Library

Données de catalogage avant publication de la bibliothèque du Congrès

ISBN : 978-1-138-10295-8

Introduction

Ces cartes ont été conçues pour améliorer la compréhension des émotions. Les illustrations claires de situations émotionnelles encouragent la compréhension des sentiments humains. Leur conception permet une approche flexible avec de nombreuses interprétations et réponses possibles. Les cartes sont conçues pour une utilisation individuelle ou en groupe, pour tous les âges.

Contenu

Cet ensemble contient 48 cartes photographiques grand format. Elles sont divisées en trois groupes, chacun mettant l'accent sur un aspect différent :

Groupe I : **individus**

Les cartes 1 à 8 sont simples et présentent des personnes affichant des émotions grâce à leur expression faciale et leur langage corporel.

Groupe II : **situations difficiles**

Les cartes 9 à 28 montrent des scènes avec des personnes impliquées dans des activités familières. En général, dans ce groupe, l'accent est mis sur des situations où l'on expérimente des difficultés et où les sentiments sont négativement affectés.

Groupe III : **situations agréables**

Les cartes 29 à 48 montrent des scènes avec des gens dans des situations agréables et plaisantes qui leur apportent satisfaction.

Groupe I : **individus**

Carte	Titre	Termes pour le groupe I
1	Fille heureuse	enchantée, enthousiaste, heureuse
2	Femme triste	accablée, triste, contrariée
3	Homme désapprobateur	critique, déçu, désapprobateur
4	Fille boudeuse	qui en a assez, maussade, boudeuse
5	Femme fatigue	ennuyée, épuisée, fatigue
6	Garçon effrayé	angoissé, effrayé, étonné
7	Homme détendu	confiant, heureux, détendu
8	Homme furieux	agressif, furieux, contrarié

Groupe II : **situations difficiles**

Carte	Titre	Carte	Titre
9	Heure du repas	19	Bruit
10	Panne	20	Enterrement
11	Apprentissage	21	Réflexion
12	Mauvais jour	22	Cycliste
13	Dentiste	23	Devoirs
14	Charge de travail	24	Manifestation
15	Partir	25	Sports
16	Accident de voiture	26	Courses
17	Rangement	27	Réconfort
18	Temps de jeux	28	Tension

Termes pour le groupe II

Effrayé(e)
Agressif(ve)
Distant(e)
Furieux(se)
Contrarié(e)
Angoissé(e)
Apathique
Désolé(e)
Inquiet(ète)
Arrogant(e)
Honteux(se)
Ennuyé(e)
Prudent(e)
Provocateur(rice)
Découragé(e)
Déprimé(e)
Déçu(e)
Désapprobateur(rice)
Décourageant(e)
Dégoûté(e)
Découragé(e)
Angoissé(e)
Gêné(e)
Encourageant(e)
Furieux(se)
Envieux(se)
Exaspéré(e)
Exclus(e)
Épuisé(e)
Fatigué(e)
Craintif(ve)
Imprudent(e)
Effrayé(e)
Déçu(e)
Furieux(se)
Coupable
Impuissant(e)
Hésitant(e)
Hostile
Humilié
Blessé(e)
Impatient(e)
Intimidé(e)
Isolé(e)
Jaloux(se)
Seul(e)
Méchant(e)
Malheureux(se)
Têtu(e)
Dépassé(e)
Peiné(e)
Philosophique
Perplexe
Regrettable
Résigné(e)
Triste
Effrayé(e)
Choqué(e)
Désolé(e)
Têtu(e)
Boudeur(se)
Suspicieux(se)
Sympathique
Crispé(e)
Fatigué(e)
Inconfortable
Malheureux(se)
Contrarié(e)
Las(se)
Renfermé(e)
Inquiet(ète)

Groupe III : **situations agréables**

Carte	Titre	Carte	Titre
29	Nouveau-né	39	Clowns
30	Remise de diplômes	40	Camping
31	Chaton	41	Maison de santé
32	Amis	42	Couple
33	Fête	43	Visite
34	Puzzle	44	Première voiture
35	Mariage	45	Vacances
36	Pluie	46	Célébration
37	Sport d'équipe	47	Étreinte
38	Blague partagée	48	Découverte

Termes pour le groupe III

Affectueux(se)
Reconnaissant(e)
Courageux(se)
Calme
Insouciant(e)
Bienveillant(e)
Agréable
Compatissant(e)
Compétitif(ve)
Confiant(e)
Satisfait(e)
Câlin(e)
Enchanté(e)
Fiable
Déterminé(e)
Ravi(e)
Encourageant(e)
Enthousiaste
Fasciné(e)
Concentré(e)
Amical(e)
Satisfait(e)
Gracieux(se)
Reconnaissant(e)
Heureux(se)
Harmonieux(se)
Honnête
Optimiste
Inspiré(e)
Intéressé(e)
Jovial(e)
Joyeux(se)
Gentil(le)
Affectueux(se)
Attentif(ve)
Optimiste
Passionné(e)
Patient(e)
Pacifique
Persévérant(e)
Joueur(se)
Satisfait(e)
Protecteur(rice)
Fier(ère)
Rassurant(e)
Détendu(e)
Soulagé(e)
Respectueux(se)
Sûr(ure)
Satisfait(e)
Altruiste
Coopératif(ive)
Sympathique
Sensible
Attentionné(e)
Triomphant(e)
Compréhensif(ive)
Chaleureux(se)

Application

Cet ensemble permet une présentation flexible. On peut le parcourir systématiquement ou s'y plonger d'une façon plus informelle selon les besoins des élèves. Il a le potentiel d'illustrer de nombreux problèmes importants entourant le thème des émotions et des sentiments. Certains d'entre eux sont listés ci-dessous :

- la nature des émotions
- l'éventail des émotions créées par certaines situations
- l'importance des besoins et des sentiments individuels
- la reconnaissance des besoins émotionnels des autres
- les comportements non-verbaux : tels que les expressions faciales, les postures corporelles, la proximité et les gestes
- la façon dont le comportement individuel peut affecter les sentiments des autres
- la responsabilité individuelle à aider les autres pour qu'ils se sentent bien et en sécurité
- la capacité à résoudre des problèmes en parlant des moyens d'atténuer les difficultés ou de résoudre les situations affichées
- le caractère inéluctable de certaines situations difficiles ou négatives dans la vie, et la possibilité que les sentiments individuels puissent évoluer avec le temps

SVENSK

Andra upplagan publicerad 2018
av **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
och av **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

ColorCards® är ett varumärke tillhörande Routledge, ett imprint av Taylor & Francis Group, ett Informa-företag

Bilder reproducerade med tillstånd av iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Alla rättigheter förbehålls. Ingen del av denna källa får skrivas ut, reproduceras eller användas på något sätt eller av en elektronisk, mekanisk, eller på annat sätt, idag känd eller härefter uppfunnen enhet, inklusive fotokopiering och inspelning, eller i annat informationslagrings- eller upphämtningssystem, utan skriftlig tillåtelse från utgivaren.

Varumärkesnotering: Produkt- eller företagsnamn kan vara varumärken eller registrerade varumärken och används endast för identifiering och förklaring, utan avsikten att bryta mot varumärkeslagstiftningen.

British Library Cataloguing-in-Publication Data

Ett katalogregister för den här källan finns tillgängligt hos British Library

Library of Congress Cataloging-in-Publication Data

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introduktion

Korten är skapade för att vara till stöd vid förståelsen av känslor. De tydliga bilderna av känslosamma situationer uppmuntrar till förståelse för människors känslor. Designen möjliggör ett flexibelt tillvägagångssätt, med en mängd olika tolkningar och svar. Korten är utformade för alla åldrar och för att användas individuellt såväl som i grupp.

Innehåll

Den här förpackningen består av 48 fotokort i större format. De är indelade i tre grupper, var och en med olika betoning:

Grupp I: **Enskilda personer**

Kort 1–8 är enkla med personer som visar känslor genom ansiktsuttryck och kroppsspråk.

Grupp II: **Svåra situationer**

Kort 9–28 visar situationer med personer involverade i bekanta aktiviteter. I den här gruppen läggs generellt betoning på situationer där man upplever svårigheter och där känslorna som ett resultat påverkas negativt.

Grupp III: **Trevliga situationer**

Kort 29–48 visar situationer med personer i trevliga situationer, där de känner sig tillfreds.

Grupp I: **Enskilda personer**

Kort	Titel	Stödord för Grupp I
1	Glad flicka	förtjust, uppspelt, glad
2	Ledsen kvinna	bedrövad, ledsen, upprörd
3	Ogillande man	kritisk, besviken, ogillande
4	Tjurig flicka	tvär, grinig, tjurig
5	Trött kvinna	uttråkad, slutkörd, trött
6	Rädd pojke	orolig, rädd, överraskad
7	Avslappnad man	självsäker, glad, avslappnad
8	Arg man	aggressiv, arg, upprörd

Grupp II: **Svåra situationer**

Kort	Titel	Kort	Titel
9	Matdags	19	Oväsen
10	Utbrott	20	Begravning
11	Lära sig	21	Tänker
12	Dålig dag	22	Cyklist
13	Tandläkare	23	Läxa
14	Arbetsbelastning	24	Demonstration
15	Resa bort	25	Idrott
16	Trafikolycka	26	Shopping
17	Plocka iordning	27	Tröstar
18	Lekdags	28	Spänning

Stödord för Grupp II

Rädd
Aggressiv
Reserverad
Arg
Irriterad
Orolig
Apatisk
Ursäktande
Tveksam
Arrogant
Skamsen
Uttråkad
Försiktig
Trotsig
Nedslagen
Deprimerad
Besviken
Ogillande
Nedslående
Äcklad
Dyster
Bedrövad
Generad
Uppmuntrande
Rasande
Avundsjuk
Bitter
Utesluten
Slutkörd
Utmattad
Ängslig
Dåraktig
Skrämd
Frustrerad
Ursinnig
Skyldig
Hjälplös
Tveksam
Fientlig
Förödmjukad
Sårad
Otålig
Avskräckt
Isolerad
Svartsjuk
Ensam
Elak
Eländig
Obstinat
Överväldigad
Plågad
Filosofisk
Förbryllad
Ångerfull
Uppgiven
Ledsen
Förskräckt
Chockad
Beklämd
Envis
Tjurig
Misstänksam
Sympatisk
Späd
Trött
Obekväm
Olycklig
Uppriven
Orkeslös
Tillbakadragande
Bekymrad

Grupp III: **Trevliga situationer**

Kort	Titel	Kort	Titel
29	Ny bebis	39	Clowner
30	Examen	40	Camping
31	Kattunge	41	Vårdhem
32	Vänner	42	Par
33	Fest	43	Besök
34	Pussel	44	Första bil
35	Bröllop	45	Semester
36	Regn	46	Firande
37	Lagsport	47	Omfamna
38	Delat skämt	48	Upptäckt
		48	Discovery

Stödord för Grupp III

Ömsint
Uppskattande
Modig
Lugn
Sorglös
Omsorgsfull
Bekväm
Medlidsam
Tävlingsinriktad
Självsäker
Tillfreds
Kelig
Förtjust
Pålitlig
Beslutsam
Upprymd
Uppmuntrande
Upphetsad
Fascinerad
Fokuserad
Vänlig
Glad
Välvillig
Tacksam
Lycklig
Harmonisk
Ärlig
Hoppfull
Inspirerad
Intresserad
Gladlynt
Lättsam
Snäll
Kärleksfull
Uppmärksam
Optimistisk
Passionerad
Tålmodig
Stillsam
Uthållig
Lekfull
Nöjd
Beskyddande
Stolt
Betryggande
Avslappnad
Lättad
Hänsynsfull
Säker
Belåten
Osjälvisk
Stöttande
Sympatisk
Mjuk
Omtänksam
Segerrik
Förstående
Varm

Utförande

Den här förpackningen tillåter användaren att vara flexibel. Man kan antingen gå igenom den systematiskt eller använda den på ett mindre formellt sätt, beroende på elevernas behov. På så vis öppnar man upp för möjligheten att illustrera många viktiga frågor kring ämnet känslor. Några av dessa finner du nedan:

- känslornas karaktär
- de olika känslorna som uppstår i olika situationer
- vikten av individuella behov och känslor
- erkännande av andras känslomässiga behov
- icke-verbalt beteende så som ansiktsuttryck, kroppshållning, avstånd och gester
- hur ens eget beteende kan påverka andras känslor
- eget ansvar för att hjälpa andra att känna sig bekväma och trygga
- förmågan att lösa problem genom att diskutera olika sätt att minska svårigheterna eller att lösa de presenterade situationerna
- det omöjliga i att undvika negativa eller svåra situationer i livet, samt möjligheten att ens egna känslor kan komma att ändras med tiden

Tweede editie gepubliceerd 2018
door **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
en door **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

ColorCards® is een handelsmerk van Routledge, een impressum van de Taylor & Francis Group, een informa bedrijf

Afbeeldingen gereproduceerd met toestemming van iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Alle rechten voorbehouden. Geen enkel onderdeel van deze bron mag worden herdrukt of gereproduceerd of gebruikt in welke vorm dan ook, met behulp van elektronische, mechanische of andere middelen die nu bekend zijn of hierna worden uitgevonden, met inbegrip van fotokopieën en opnames, of in een informatieopslag of retrieval systeem, zonder schriftelijke toestemming van de uitgevers.

Handelsmerkverklaring: Product- of bedrijfsnamen kunnen handelsmerken of geregistreerde handelsmerken zijn, en worden alleen gebruikt voor identificatie en uitleg zonder intentie om inbreuk te plegen.

Bibliografische gegevens van de British Library

Er is een catalogusrecord voor deze bron beschikbaar van de British Library

Bibliografische gegevens van de Library of Congress

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introductie

Deze kaarten zijn ontworpen om emoties te helpen begrijpen. De duidelijke illustraties van emotionele situaties stimuleren het begrip van gevoelens van mensen.
Het ontwerp maakt een flexibele benadering mogelijk met een verscheidenheid aan interpretaties en antwoorden.
De kaarten zijn ontworpen om zowel individueel als in groep te worden gebruikt, en voor alle leeftijden.

Inhoud

Dit pakket bestaat uit 48 fotokaarten op groot formaat. Ze zijn verdeeld in drie groepen, elk met verschillende nadruk:

Groep I: **Individuele mensen**

De kaarten 1–8 zijn eenvoudig en beelden mensen uit die emoties uiten door gezichtsuitdrukking en lichaamstaal.

Groep II: **Moeilijke situaties**

De kaarten 9–28 tonen scènes met mensen die betrokken zijn in vertrouwde activiteiten. De nadruk ligt in deze groep over het algemeen op situaties waarin moeilijkheden worden ervaren en gevoelens nadelig worden beïnvloed.

Groep III: **Aangename situaties**

De kaarten 29–48 tonen scènes met mensen in aangename en plezierige situaties waar zij zich tevreden voelen.

Groep I: **Individuele mensen**

Kaart	Titel	Bronwoorden voor Groep I
1	Gelukkig meisje	verrukt, opgewonden, gelukkig
2	Verdrietige vrouw	bedroefd, verdrietig, overstuur
3	Afkeurende man	kritisch, teleurgesteld, afkeurend
4	Chagrijnig meisje	opgefokt, humeurig, chagrijnig
5	Vermoeide vrouw	verveeld, uitgeput, moe
6	Angstige jongen	angstig, bang, verrast
7	Ontspannen man	zelfverzekerd, gelukkig, ontspannen
8	Boze man	agressief, boos, overstuur

Groep II: **Moeilijke situaties**

Kaart	Titel	Kaart	Titel
9	Etenstijd	19	Lawaai
10	Instorting	20	Begrafenis
11	Leren	21	Denken
12	Slechte dag	22	Fietser
13	Tandarts	23	Huiswerk
14	Werkdruk	24	Demonstratie
15	Weggaan	25	Sport
16	Auto-ongeluk	26	Winkelen
17	Opruimen	27	Troosten
18	Speeltijd	28	Spanning

Bronwoorden voor groep II

Bang	Verwoed	Obstinaat
Agressief	Jaloers	Overweldigd
Afzijdig	Verbitterd	Gepijnigd
Boos	Buitengesloten	Filosofisch
Geërgerd	Uitgeput	Onzeker
Angstig	Vermoeid	Spijt
Apathisch	Angstig	Afgetreden
Verontschuldigend	Dom	Verdrietig
Beducht	Bang	Bang
Arrogant	Gefrustreerd	Geschrokken
Beschaamd	Woedend	Spijt
Verveeld	Schuldig	Koppig
Voorzichtig	Hulpeloos	Chagrijnig
Uitdagend	Aarzelend	Achterdochtig
Neerslachtig	Vijandig	Sympathiek
Depressief	Vernederd	Spanning
Teleurgesteld	Gekwetst	Moe
Afkeurend	Ongeduldig	Ongemakkelijk
Ontmoedigend	Geïntimideerd	Ongelukkig
Veracht	Geïsoleerd	Overstuur
Ontmoedigd	Jaloers	Vermoeid
Bedroefd	Eenzaam	Teruggetrokken
Teleurgesteld	Gemeen	Bezorgd
Stimulerend	Ellendig	

Groep III: **Aangename situaties**

Kaart	Titel	Kaart	Titel
29	Nieuwe baby	39	Clowns
30	Diploma-uitreiking	40	Camping
31	Poesje	41	Verzorgingstehuis
32	Vrienden	42	Paar
33	Feestje	43	Bezoek
34	Puzzel	44	Eerste auto
35	Bruiloft	45	Vakantie
36	Regen	46	Viering
37	Teamsport	47	Omarming
38	Gedeelde grap	48	Ontdekking

Bronwoorden voor groep III

Hartelijk
Waarderend
Dapper
Kalm
Zorgeloos
Zorgzaam
Comfortabel
Medelijdend
Concurrerend
Zelfverzekerd
Tevreden
Aanhalig
Verrukt
Afhankelijk
Vastbesloten
Opgetogen
Stimulerend
Opgewonden
Gefascineerd
Gefocust
Vriendelijk
Blij
Gracieus
Dankbaar
Gelukkig
Harmonieus
Eerlijk
Hoopvol
Geïnspireerd
Geïnteresseerd
Joviaal
Verheugd
Aardig
Liefhebbend
Indachtig
Optimistisch
Gepassioneerd
Geduldig
Vreedzaam
Volhardend
Speels
Verheugd
Beschermend
Trots
Geruststellend
Ontspannen
Opgelucht
Respectvol
Veilig
Tevreden
Onbaatzuchtig
Ondersteunend
Sympathiek
Teder
Nadenkend
Triomfantelijk
Begripvol
Warm

Toepassing

Met dit pakket is een flexibele presentatie mogelijk. Het kan systematisch worden doorgewerkt of in een meer informeel sausje worden gegoten, afhankelijk van de behoeften van de studenten. Het biedt de mogelijkheid om veel belangrijke problemen rond de onderwerpen emoties en gevoelens te illustreren. Sommige hiervan worden hierna opgesomd:

- de aard van emoties
- de reeks gevoelens die verschillende situaties met zich meebrengen
- het belang van individuele behoeften en gevoelens
- herkenning van de emotionele behoeften van anderen
- non-verbaal gedrag zoals gezichtsuitdrukking, lichaamshouding, nabijheid en gebaren
- hoe individueel gedrag de gevoelens van anderen kan beïnvloeden
- individuele verantwoordelijkheid bij het helpen van andere mensen om zich op hun gemak en onbedreigd te voelen
- de mogelijkheid om problemen op te lossen door bespreking van manieren om problemen te verminderen of om de getoonde situaties op te lossen
- de onvermijdelijkheid van sommige negatieve of moeilijke situaties in het leven, en de mogelijkheid dat individuele gevoelens met de tijd veranderen

ESPANOL

Segunda edición publicada en 2018
por **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
y por **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

ColorCards® es una marca registrada de Routledge, una impresión de Taylor & Francis Group, un negocio de Informa

Imágenes reproducidas con permiso de iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de este recurso se puede reimprimir o reproducir o utilizar de ninguna forma o por ningún medio electrónico, mecánico u otro, ya existente o por inventar, incluyendo fotocopias y grabaciones, o en algún sistema de almacenamiento o recuperación de datos, sin el permiso por escrito de los editores.

Aviso de marca registrada: los nombres de productos o corporativos pueden ser marcas o marcas registradas y solo se usan para la identificación y explicación, sin intención alguna de cometer infracción.

Datos de publicación del catálogo de la Biblioteca Británica (British Library)

Se encuentra disponible un registro de catálogo para este recurso en la Biblioteca Británica.

Datos de publicación del catálogo de la Biblioteca del Congreso (Library of Congress)

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introducción

Estas tarjetas se han diseñado para apoyar la comprensión de las emociones. Las ilustraciones claras de las situaciones emocionales fomentan la comprensión de los sentimientos de la gente. El diseño permite un enfoque flexible con varias interpretaciones y respuestas. Las tarjetas están diseñadas para usarse tanto en entornos individuales como grupales de todas las edades.

Contenidos

Este paquete consta de 48 tarjetas de gran formato. Están divididas en tres grupos, cada uno haciendo un hincapié diferente:

Grupo I: **Personas individuales**

Las tarjetas de la 1 a la 8 son sencillas y representan a personas que muestran emociones a través de la expresión facial y el lenguaje corporal.

Grupo II: **Situaciones difíciles**

Las tarjetas de la 9 a la 28 muestran escenas con personas involucradas en actividades familiares. Normalmente, en este grupo el énfasis está en las situaciones en las que se tienen dificultades y los sentimientos se ven afectados negativamente.

Grupo III: **Situaciones agradables**

Las tarjetas de la 29 a la 48 muestran escenas con personas en situaciones agradables y placenteras en las que están contentas.

Grupo I: **Personas individuales**

Tarjeta	Título	Palabras de recurso para el Grupo I
1	Niña alegre	encantado, emocionado, feliz
2	Mujer triste	consternado, triste, molesto
3	Hombre reprobador	crítico, decepcionado, reprobador
4	Niña enfurruñada	harto, malhumorado, enfurruñado
5	Mujer cansada	aburrido, agotado, cansado
6	Niño asustado	ansioso, asustado, sorprendido
7	Hombre relajado	seguro, feliz, relajado
8	Hombre enfadado	agresivo, enfadado, molesto

Grupo II: **Situaciones difíciles**

Tarjeta	Título	Tarjeta	Título
9	Hora de la comida	19	Ruido
10	Ruptura	20	Funeral
11	Aprendizaje	21	Reflexión
12	Mal día	22	Ciclista
13	Dentista	23	Tarea
14	Trabajo	24	Manifestación
15	Despedida	25	Deportes
16	Accidente de tráfico	26	Compras
17	Arreglar	27	Consolar
18	Hora de jugar	28	Tensión

Palabras de recurso para el Grupo II

Asustado
Agresivo
Distante
Enfadado
Contrariado
Ansioso
Apático
Arrepentido
Inquieto
Arrogante
Avergonzado
Aburrido
Precavido
Desafiante
Abatido
Deprimido
Decepcionado
Reprobador
Desalentador
Disgustado
Desanimado
Consternado
Abochornado
Alentador
Enfurecido
Envidioso
Exasperado
Excluido
Agotado
Fatigado
Miedoso
Tonto
Atemorizado
Frustrado
Furioso
Culpable
Indefenso
Vacilante
Hostil
Humillado
Herido
Impaciente
Intimidado
Aislado
Celoso
Solitario
Rudo
Miserable
Obstinado
Abrumado
Dolorido
Filosófico
Perplejo
Pesaroso
Resignado
Triste
Asustado
Conmocionado
Apenado
Obstinado
Malhumorado
Desconfiado
Solidario
Tenso
Cansado
Incómodo
Descontento
Molesto
Agotado
Introvertido
Preocupado

Grupo III: **Situaciones agradables**

Tarjeta	Título	Tarjeta	Título
29	Nuevo bebé	40	Acampada
30	Graduación	41	Centro de asistencia
31	Gatito	42	Pareja
32	Amigos	43	Visita
33	Fiesta	44	Primer coche
34	Rompecabezas	45	Vacaciones
35	Boda	46	Celebración
36	Lluvia	47	Acogida
37	Deportes de equipo	48	Descubrimiento
38	Broma compartida		
39	Payasos		

Palabras de recurso para el Grupo III

Afectuoso
Apreciativo
Valiente
Sosegado
Despreocupado
Cariñoso
Agradable
Compasivo
Competitivo
Seguro
Satisfecho
Mimoso
Encantado
Fiable
Decidido
Eufórico
Alentador
Emocionado
Fascinado
Centrado
Amigable
Contento
Cortés
Agradecido
Feliz
Armonioso
Honesto
Esperanzado
Inspirado
Interesado
Jovial
Alegre
Bondadoso
Amoroso
Atento
Optimista
Apasionado
Paciente
Pacífico
Perseverante
Juguetón
Complacido
Protector
Orgulloso
Tranquilizador
Relajado
Aliviado
Respetuoso
Seguro
Satisfecho
Desinteresado
Servicial
Solidario
Sensible
Pensativo
Triunfante
Comprensivo
Acogedor

Aplicación

Este paquete permite flexibilidad en cuanto a la presentación. Se puede trabajar con él sistemáticamente o sumergirse en un camino más informal según las necesidades de los estudiantes. Tiene el potencial de ilustrar muchos asuntos importantes que rodean el tema de las emociones y los sentimientos. A continuación, indicamos algunos:

- la naturaleza de las emociones;
- la gama de sentimientos que las diferentes situaciones traen consigo;
- la importancia de las necesidades y sentimientos individuales;
- el reconocimiento de las necesidades emocionales de los demás;
- los comportamientos no verbales, como la expresión facial, la postura corporal, la proximidad y el gesto;
- cómo el comportamiento individual puede afectar a los sentimientos de los demás;
- la responsabilidad individual de ayudar a otras personas a sentirse cómodas y no amenazadas;
- la capacidad de resolver problemas mediante la discusión de maneras de reducir las dificultades o resolver las situaciones mostradas;
- la inevitabilidad de algunas situaciones negativas o difíciles de la vida y la posibilidad de que los sentimientos individuales puedan cambiar con el tiempo.

Seconda edizione pubblicata nel 2018
da **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, OX14 4RN, Oxon
e da **Routledge**
711 Third Avenue, NY 10017, New York

ColorCards® è un marchio registrato di Routledge, sigla editoriale del Taylor & Francis Group, divisio-ne di Informa

Immagini riprodotte previa autorizzazione di iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Tutti i diritti riservati. Nessuna parte della presente guida può essere ristampata o riprodotta o utiliz-zata in alcuna forma o mediante altri mezzi di tipo elettronico, meccanico o di qualsiasi altra specie, ad oggi conosciuti o successivamente inventati, compresi fotocopiature o registrazioni, o può essere conservata in alcun sistema informatico di archiviazione o di recupero dati, senza autorizzazione scritta da parte degli editori.

Avviso riguardante i marchi di fabbrica: i nomi aziendali o i nomi di prodotti possono essere marchi di fabbrica o marchi registrati, e sono utilizzati unicamente a fini identificativi ed esplicativi, senza alcun intento di violazione.

Scheda CIP della British Library

Il catalogo delle pubblicazioni della presente guida è disponibile presso la British Library

Scheda CIP della Biblioteca del Congresso

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introduzione

Queste carte sono state ideate per aiutarci a capire meglio le emozioni. Le illustrazioni raffigurano chiaramente alcune situazioni emozionali ed incoraggiano la comprensione dei sentimenti degli altri. La grafica permette un approccio flessibile verso una varietà di interpretazioni e di risposte. Le carte sono state progettate per poter essere utilizzate da singoli individui o da gruppi di persone di qual-siasi età.

Contenuti

Questa confezione contiene 48 fotografie in grande formato, divise in 3 gruppi, ciascuno dei quali volto a porre in evidenza situazioni specifiche:

Gruppo I: **Singole persone**

Le carte 1–8 sono di semplice lettura e raffigurano persone che mostrano emozioni attraverso espressioni facciali o il linguaggio del corpo.

Gruppo II: **Situazioni difficili**

Le carte 9–28 mostrano persone coinvolte in attività familiari. In genere, in questo gruppo, l'enfasi è posta su situazioni in cui la difficoltà è di natura pratica e i sentimenti ne risentono negativamente.

Gruppo III: **Situazioni piacevoli**

Le carte 29–48 mostrano scene di persone in situazioni di divertimento e di piacere, e in cui provano contentezza.

Gruppo I: **Singole persone**

Carta	Titolo	Parole chiave per il Gruppo I
1	Ragazza felice	contenta, entusiasta, felice
2	Donna triste	stressata, triste, agitata
3	Uomo che disapprova	critico, deluso, che disapprova
4	Ragazza imbronciata	stufa, malinconica, imbronciata
5	Donna stanca	annoiata, esausta, stanca
6	Ragazzo spaventato	ansioso, spaventato, sorpreso
7	Uomo rilassato	sicuro di sé, felice, rilassato
8	Uomo arrabbiato	aggressivo, arrabbiato, agitato

Gruppo II: **Situazioni difficili**

Carta	Titolo	Carta	Titolo
9	Ora dei pasti	19	Rumore
10	Esaurimento	20	Funerale
11	Apprendimento	21	Pensare
12	Brutta giornata	22	Ciclista
13	Dentista	23	Compiti
14	Carico di lavoro	24	Dimostrazione
15	Andare via	25	Sport
16	Incidente automobilistico	26	Shopping
17	Riordinare	27	Confortante
18	Tempo per giocare	28	Tensione

Parola chiave per il Gruppo II

Impaurito
Aggressivo
Distaccato
Arrabbiato
Irritato
Ansioso
Apatico
Dispiaciuto
Apprensivo
Arrogante
Vergognoso
Annoiato
Cauto
Sprezzante
Abbattuto
Depresso
Deluso
Contrariato
Scoraggiante
Disgustato
Demoralizzato
Afflitto
Imbarazzato
Incoraggiante
Furente
Invidioso
Esasperato
Escluso
Esausto
Affaticato
Timoroso
Sciocco
Impaurito
Frustrato
Furioso
Colpevole
Impotente
Esitante
Ostile
Umiliato
Ferito
Impaziente
Intimidito
Isolato
Geloso
Solitario
Vile
Triste
Ostinato
Sopraffatto
Dolorante
Filosofico
Perplesso
Spiacente
Rassegnato
Sconsolato
Spaventato
Scioccato
Dispiaciuto
Testardo
Imbronciato
Sospettoso
Ben disposto
Teso
Stanco
A disagio
Infelice
Arrabbiato
Affaticato
Introverso
Preoccupato

Gruppo III: **Situazioni piacevoli**

Carta	Titolo	Carta	Titolo
29	Neonato	39	Clown
30	Laurea	40	Campeggio
31	Gattino	41	Casa di cura
32	Amici	42	Coppia
33	Party	43	Visita
34	Puzzle	44	Prima macchina
35	Matrimonio	45	Vacanza
36	Pioggia	46	Festeggiamento
37	Sport di squadra	47	Abbraccio
38	Scherzo condiviso	48	Scoperta

Parole chiave per il Gruppo III

Affezionato
Riconoscente
Coraggioso
Calmo
Spensierato
Amorevole
A proprio agio
Compassionevole
Competitivo
Sicuro
Soddisfatto
Tenero
Felicissimo
Affidabile
Determinato
Euforico
Incoraggiante
Eccitato
Affascinato
Concentrato
Gentile
Lieto
Grazioso
Grato
Felice
Armonioso
Onesto
Speranzoso
Ispirato
Interessato
Gioviale
Allegro
Gentile
Affettuoso
Attento
Ottimista
Passionale
Paziente
Pacifico
Perseverante
Giocoso
Contento
Protettivo
Orgoglioso
Rassicurante
Rilassato
Sollevato
Rispettoso
Sicuro
Soddisfatto
Altruistico
Incoraggiante
Solidale
Tenero
Premuroso
Trionfante
Comprensivo
Caldo

Modalità di utilizzo

Questa confezione permette una grande flessibilità di presentazione delle carte: la stessa può essere svolta sistematicamente oppure dando una scorsa in modalità più informale,secondo le esigenze degli studenti. Tale presentazione ha in sé le potenzialità per illustrare molte situazioni importanti inerenti al soggetto e alle sue emozioni e ai suoi sentimenti. Alcune di queste situazioni sono elenca-te di seguito:

- la natura delle emozioni
- la gamma dei sentimenti generati dalle differenti situazioni
- l'importanza dei bisogni e dei sentimenti delle singole persone
- il riconoscimento dei bisogni emozionali degli altri
- il comportamento non verbale, come ad esempio le espressioni facciali, la postura del corpo, la prossimità e la gestualità
- le modalità in cui il comportamento di un singolo individuo potrebbe influenzare i sentimenti degli altri
- la responsabilità individuale nell'aiutare gli altri a sentirsi a proprio agio e rassicurati
- la capacità di pervenire alla risoluzione dei problemi mediante la ricerca delle modalità volte a ri-durre le difficoltà o a risolvere le situazioni illustrate
- l'inevitabilità di alcune situazioni negative nella vita e la possibilità che i sentimenti dei singoli indi-vidui possano mutare nel tempo.

PORTUGUES

Segunda edição publicada em 2018
pela **Routledge**
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
e pela **Routledge**
711 Third Avenue, New York, NY 10017

A **ColorCards**® é uma marca comercial da Routledge, uma marca da Taylor & Francis Group, um negócio da informa

Imagens reproduzidas com a autorização da iStockphoto.com

© 2018 Routledge

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reimpressa, reproduzida ou utilizada em nenhuma forma ou em nenhum meio, seja ele eletrónico, mecânico, ou por outros meios agora conhecidos ou futuramente inventados, incluindo a fotocópia ou a gravação, ou mesmo em nenhuma forma de armazenamento ou sistema de recuperação de informação, sem a autorização por escrito dos editores.

Aviso de Marca Registada: Os nomes de produtos ou de empresas podem ser marcas comerciais ou marcas registadas e são usados apenas para a identificação e a explicação sem a intenção de infringir.

Dados de Catalogação na Biblioteca Britânica

Um registo de catálogo para este recurso está disponível na Biblioteca Britânica

Dados de Catalogação na Biblioteca do Congresso

ISBN: 978-1-138-10295-8

Introdução

Estes cartões foram concebidos para apoiar a compreensão das emoções. As ilustrações claras de situações emocionais encorajam a compreensão dos sentimentos das pessoas. O seu desenho permite uma abordagem flexível com uma variedade de interpretações e respostas. Os cartões estão concebidos para serem utilizados em contextos individuais e de grupo de todas as idades.

Conteúdos

Este pacote compreende 48 cartões com fotografia em grande formato. Os cartões estão divididos em três grupos, cada um com diferente ênfase:

Grupo I: **Pessoas individuais**

Os cartões numerados de 1 a 8 são simples e retratam pessoas mostrando emoções através de expressões faciais e da linguagem corporal.

Grupo II: **Situações difíceis**

Os cartões numerados de 9 a 28 mostram cenas com pessoas envolvidas em atividades familiares. Neste grupo, geralmente, o destaque é dado às situações onde são experienciadas dificuldades e nas quais os sentimentos são afetados negativamente.

Grupo III: **Situações agradáveis**

Os cartões numerados de 29 a 48 mostram cenas com pessoas em situações agradáveis e prazenteiras no contexto das quais se sentem satisfeitas.

Grupo I: **Pessoas individuais**

Cartão	Título	Palavras de recurso para o Grupo I
1	Rapariga feliz	encantada, animada, feliz
2	Mulher triste	angustiada, triste, chateada
3	Homem reprovador	crítico, desapontado, reprovador
4	Rapariga amuada	farta, temperamental, amuada
5	Mulher cansada	aborrecida, exausta, cansada
6	Rapaz assustado	ansioso, assustado, surpreso
7	Homem descontraído	confiante, feliz, descontraído
8	Homem zangado	agressivo, zangado, chateado

Grupo II: **Situações difíceis**

Cartão	Título	Cartão	Título
9	Hora da refeição	19	Ruído
10	Colapso	20	Funeral
11	Aprendizagem	21	Pensando
12	Dia mau	22	Ciclista
13	Dentista	23	Trabalho de casa
14	Carga de trabalho	24	Manifestação
15	Indo embora	25	Desportos
16	Acidente de carro	26	Compras/Comprar
17	Arrumar	27	Reconfortante
18	Tempo de brincar	28	Tensão

Palavras de recurso para o Grupo II

Receoso	Enraivecido	Obstinado
Agressivo	Invejoso	Esmagado
Distante	Exacerbado	Aflito/Angustiado
Zangado	Excluído	Filosófico
Irritado	Exausto	Perplexo
Ansioso	Cansado	Arrependido
Apático	Medroso	Resignado
Apologético	Insensato	Triste
Apreensivo	Amedrontado	Assustado
Arrogante	Frustrado	Chocado
Envergonhado	Furioso	Pesaroso
Aborrecido	Culpado	Teimoso
Cauteloso	Impotente	Amuado
Desafiador	Hesitante	Suspeito
Abatido	Hostil	Simpático
Deprimido	Humilhado	Tenso
Desapontado	Magoado	Cansado
Reprovador	Impaciente	Desconfortável
Desencorajador	Intimidado	Infeliz
Enojado	Isolado	Chateado
Desanimado	Ciumento	Fatigado
Angustiado	Só	Retraído/Afastado
Constrangido	Maldoso	Preocupado
Encorajador	Miserável	

Grupo III: **Situações agradáveis**

Cartão	Título	Cartão	Título
29	Novo bebé	39	Palhaços
30	Grau universitário	40	Acampar
31	Gatinho	41	Lar
32	Amigos	42	Casal
33	Festa	43	Visita
34	Quebra-cabeças	44	Primeiro carro
35	Casamento	45	Férias/Feriado
36	Chuva	46	Celebração
37	Desporto de equipa	47	Abraço
38	Piada partilhada	48	Descoberta

Palavras de recurso para o Grupo III

Afetuoso
Apreciativo
Corajoso
Calmo
Despreocupado
Carinhoso
Confortável
Compassivo
Competitivo
Confiante
Satisfeito
Fofo
Deliciado
Confiável
Determinado
Eufórico
Encorajador
Empolgado
Fascinado
Focado
Amigável
Contente
Gracioso
Grato
Feliz
Harmonioso
Honesto
Esperançoso
Inspirado
Interessado
Jovial
Alegre
Amável
Amoroso
Consciente
Otimista
Apaixonado
Paciente
Pacífico
Persistente
Brincalhão
Agradado
Protetor
Orgulhoso
Reconfortante
Descontraído
Aliviado
Respeitador
Seguro
Satisfeito
Altruísta
Solidário
Simpático
Terno
Atencioso
Triunfante
Compreensivo
Caloroso

Aplicação

Este pacote permite a flexibilidade da apresentação. Pode ser trabalhado sistematicamente ou adaptado de forma mais informal de acordo com as necessidades dos alunos. Tem o potencial de ilustrar muitas questões importantes em torno do tema das emoções e dos sentimentos. Alguns destes temas estão listados em baixo:

- a natureza das emoções
- a variedade de sentimentos que trazem diferentes situações
- a importância das necessidades e sentimentos individuais
- o reconhecimento das necessidades emocionais dos outros
- o comportamento não verbal, como a expressão facial, a postura corporal, a proximidade e o gesto
- como o comportamento individual pode afetar os sentimentos dos outros
- a responsabilidade individual em ajudar as outras pessoas a sentirem-se confortáveis e não ameaçadas
- a capacidade de resolver problemas através da discussão sobre as formas de diminuir as dificuldades ou de resolver as situações mostradas
- a inevitabilidade de algumas situações negativas ou difíceis na vida, e a possibilidade de que os sentimentos individuais possam mudar com o tempo

セカンドエディション 2018 年発売
提供元: Routledge
2 Park Square, Milton Park, Abingdon, Oxon, OX14 4RN
Routledge
711 Third Avenue, New York, NY 10017

ColorCards® は、Informa の Taylor & Francis Group のインプリントである Routledge の商標です。

画像は iStockphoto.com から許可を得て複製されています

© 2018 Routledge

不許複製。本資料はいずれの部分も、いかなる形であっても、現在知られている、または今後開発される、コピー、レコーディング、その他情報保管・抽出システムを含む電子的、機械的、その他方法により、再販、複製、使用することはできません。

商標に関する通知: 製品または企業名は商標または登録商標である可能性があり、利権侵害を意図したものではなく、識別及び説明目的に使用されています。

英国図書館 CIP データ

本資料のカタログ記録は英国図書館に保管されています。

議会図書館 CIP データ

ISBN: 978-1-138-10295-8

はじめに

このカードは感情の理解をサポートするためのものです。感情的シチュエーションの明確な表現により、人々の感情の理解を促します。このデザインは、様々な解釈や反応によるフレキシブルなアプローチが可能です。カードは個人またはグループであらゆる年齢に使用できるようデザインされています。

内容物

このパックには大きなカードが 48 枚入っています。カードはテーマの異なる 3 つのグループに分かれています。

グループ I: **個人**

カード 1–8 はシンプルで、表情やボディランゲwージで感情を示す人々が描かれています。

グループ II: **難しいシチュエーション**

カード 9–28 には、人々が馴染みのあるアクティビティを行っているシーンが描かれています。このグループは基本的に、困難な状況によりネガティブな感情が生まれるシチュエーションがテーマです。

グループ III: **楽しいシチュエーション**

カード 29–48 には、人々が幸せを感じる楽しく快いシチュエーションが描かれています。

グループ I: **個人**

カード	タイトル	グループ I のリソースワード
1	幸せな女の子	うれしい、ワクワクする、幸せ
2	悲しむ女性	苦しい、悲しい、不満
3	非難する男性	批判的、失望的、非難的
4	すねた女の子	うんざり、不機嫌、すねる
5	疲れた女性	退屈、へとへと、疲れる
6	怖がる男の子	不安、恐怖、驚き
7	リラックスした男性	快適、幸せ、リラックス
8	怒った男性	攻撃的、怒り、不満

グループ II: **難しいシチュエーション**

カード	タイトル	カード	タイトル
9	食事	19	騒音
10	故障	20	葬式
11	学習	21	思考
12	調子の悪い日	22	サイクリスト
13	歯医者	23	宿題
14	仕事量	24	デモンストレーション
15	別れ	25	スポーツ
16	自動車事故	26	買い物
17	片づけ	27	慰め
18	遊びの時間	28	緊張

グループ II のリソースワード

A恐怖	腹を立てる	強情
攻撃的	羨ましい	圧倒される
心の距離	激怒	心を痛める
怒り	疎外感	哲学的
いらいら	疲れ果てる	混乱
心配	疲労	後悔
無感情	恐れる	断念
謝罪的	ばかげた	悲しい
懸念	おびえる	怖い
傲慢	いらいら	ショックを受ける
恥じらい	怒り	申し訳ない
退屈	やましい	頑固
興味を持つ	無力感	すねる
反抗的	躊躇	不信感
落胆	敵意	同情
落ち込む	恥をかく	緊張
がっかりする	傷つく	疲れる
非難的	気が短い	不快
気を落とす	おののく	不幸
むかつき	孤立感	不満
気落ち	やきもち	疲れる
苦しい	寂しい	ぐったり
恥ずかしい	意地悪	心配
励ます	みじめ	

グループ III: **楽しいシチュエーション**

カード	タイトル	カード	タイトル
29	出産	39	ピエロ
30	卒業	40	キャンプ
31	子猫	41	ケアホーム
32	友達	42	カップル
33	パーティー	43	訪問
34	パズル	44	初めての車
35	結婚式	45	祝日
36	雨	46	お祝い
37	チームスポーツ	47	抱擁
38	ジョーク	48	発見

グループ III のリソースワード

愛情深い
感謝的
勇敢
冷静
気軽
気遣い
快い
同情的
競争心
自信
幸せ
愛くるしい
うれしい
頼りになる
決心
得意
励ます
ワクワクする
魅了される
集中する
友好的
うれしい
親切
ありがたい
幸せ
調和
正直
希望
インスピレーション
興味
陽気
喜び
親切
愛
注意する
楽観的
情熱的
忍耐強い
平和
保守的
陽気
満足
保護的
誇り
安心させる
リラックス
安心する
尊敬
安全
満足
無欲
協力的
同情
柔らかい
思いやりがある
勝ち誇る
理解
暖かい

用途

このパックは、フレキシブルなプレゼンテーションが可能です。生徒のニーズによって一定のルールに従って使うことも、フレキシブルに使うこともできます。感情を取り巻く多くの重要なtトピックを示すことができます。これらのトピックには次のようなものがあります:

- 感情の性質
- それぞれのシチュエーションで生まれる様々な感情
- 個人のニーズや感情の重要性
- 他人の感情的ニーズの認識
- 表情やボディランゲージ、距離、ジェスチャー等の口頭以外の行動
- 個人の行動が他人の感情に与える影響
- 他人が快く感じ、恐怖を与えないためにそれぞれができること
- 困難を軽減したりシチュエーションを解決するための話し合いを通じて問題を解決する力
- 人生においてネガティブな状況や難しいシチュエーションを全て避けることはできないということ、そして個人の感情が時間と共に変化していく可能性

Intended for use in educational settings and/or
therapy contexts under the supervision of an adult.
This is not a toy.

Routledge
Taylor & Francis Group
www.routledge.com

colorcards®