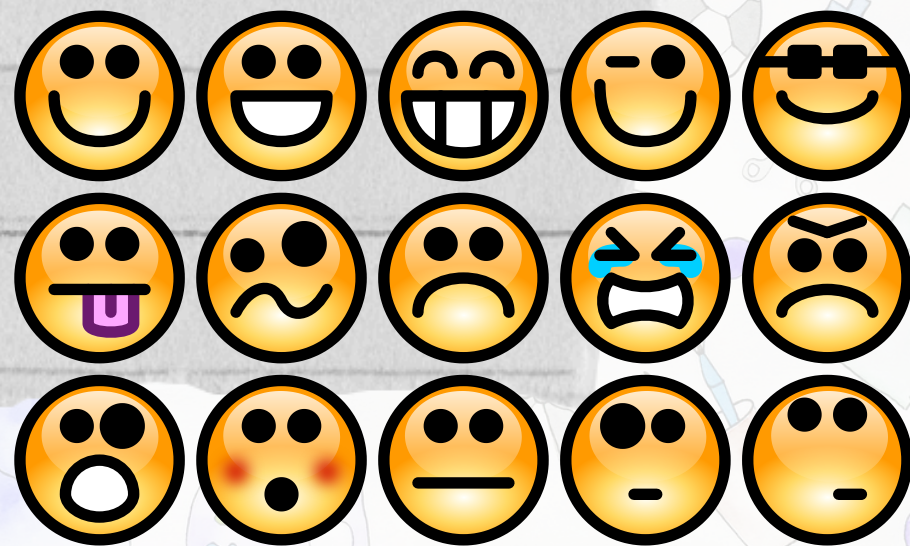
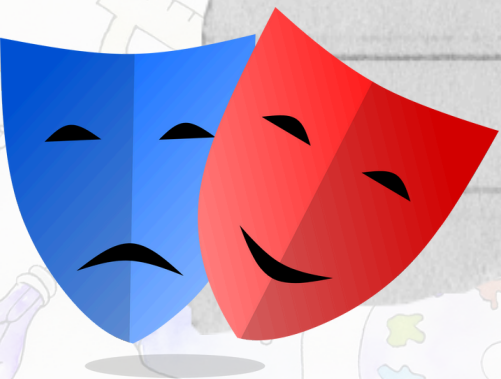


나의 감정과 언어들



이름:



내 언어들:

우리 삶에는 여러 가지 감정이 있어서 우리가 일상 속에서 느끼고 반응하는 데 영향을 줘. 이제 다양한 상황에서 내가 어떻게 느끼는지, 그리고 이런 감정들이 다른 사람들과의 관계에서 어떻게 나타나는지 생각해 보자.



- 게임하거나 TV를 보고 있을 때, 엄마가 샤워하러 가라고 부르면 어떤 기분이 들어?
- 시험 결과 같은 중요한 걸 기다릴 때 어떤 기분이 들어?
- 시험에서 좋은 점수를 받으면 어떤 기분이 들어?
- 새로운 사람을 만나면 어떤 기분이 들어?
- 엄마가 화났을 때 너를 어떻게 부르셔?
- 부모님이 네가 슬퍼하는 걸 보면 뭐라고 말씀하셔?



활동 안내: 다음 활동에서, 네가 쓰는 언어를 “인사이드 아웃 2” 영화에 나오는 감정과 연결하고, 각 언어가 왜 그 감정을 나타낸다고 생각하는지 설명해 봐. 특정 감정에 여러 언어를 연결해도 돼.



안녕! 나는 "기쁨"이야. 나는 우리가 행복하고 즐거울 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 친구랑 놀 때나 원하던 걸 이루었을 때 나타나지.

내가 "기쁨"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "기쁨"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "슬픔"이야. 나는 일이 잘 안 풀릴 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 중요한 걸 잃어버리거나 누군가가 그리울 때, 또는 외로울 때 나타나.

내가 "슬픔"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "슬픔"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "소심"이야. 나는 무섭거나 불안할 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 어둠이나 높은 곳, 또는 낯선 무언가가 무서울 때 나타나지.

내가 "소심"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "소심"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "까칠"이야. 나는 불쾌한 게 있을 때 나타나는 감정이야.
예를 들어, 나쁜 냄새를 맡거나 싫어하는 음식을 먹었을 때 나타나.

내가 "까칠"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "까칠"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "**버럭**"이야. 나는 짜증나게 하거나 불공평하게 느껴질 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 내가 하지 않은 일로 누가 나를 탓할 때나 일이 계획대로 안 풀릴 때 나타나.

내가 "**버럭**"과 연결하는 언어(들):

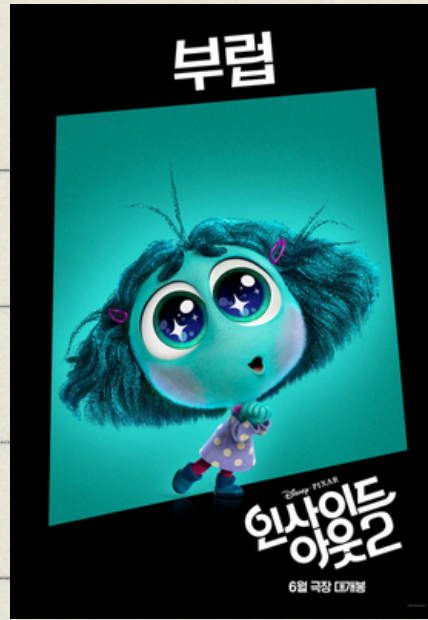
내가 이 언어(들)을 "**버럭**"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "**불안**"이야. 나는 걱정되거나 긴장될 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 어려운 시험을 앞두고거나 많은 사람들 앞에서 말할 때 나타나.

내가 "**불안**"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "**불안**"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "부럽"이야, 나는 다른 사람이 가진 걸 원할 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 누군가가 새 비디오 게임이나 원하던 옷을 갖고 있을 때 나타나.

내가 "부럽"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "부럽"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "당황"이야. 나는 부끄럽거나 민망할 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 다른 사람들 앞에서 실수하거나 자전거 타다가 넘어졌을 때 나타나지.

내가 "당황"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "당황"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "따분"이야. 나는 흥미 없거나 에너지가 없을 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 할 일이 없을 때 나타나.

내가 "따분"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "따분"과 연결하는 이유:



안녕! 나는 "추억"이야. 나는 과거의 좋은 순간들이 그리울 때 나타나는 감정이야. 예를 들어, 특별했던 생일 파티나 재미있던 소풍을 기억할 때 나타나.

내가 "추억"과 연결하는 언어(들):

내가 이 언어(들)을 "추억"과 연결하는 이유: