



Użyj jednego z czasowników opisujących emocje i uczucia w zdaniach. Pamiętaj o odpowiednim aspekcie.

Bać się, wstydzić się, cieszyć się, czuć dumę, kochać, zaskakiwać, denerwować się, złościć się

1. cię od pierwszego wejrzenia i już wtedy chciałem, żebyś została moją żoną.
2. Pamiętam, że całe dzieciństwo swojego ojca. Był milczącym człowiekiem, który nie okazywał emocji.
3. Bardzo, kiedy po pięciu latach po raz pierwszy zobaczyłam swoją babcię!
4. Strasznie przed jutrzejszą rozmową kwalifikacyjną.
5. Naprawdę tego, że jeszcze kiedy miałam osiemnaście lat, nie mogłam zasnąć bez swojego pluszowego misia.
6. Tomek mnie, kiedy byliśmy razem w Paryżu. Podczas spaceru ukląkł i oświadczył mi się.
7. Przepraszam, ale twoje dziecko nie może bawić się lalką mojej córki, bo ona bardzo, kiedy ktoś dotyka jej zabawek.
8. Kiedy nauczyciel powiedział, że mój syn jest najlepszy w klasie,



B1/ B2, Emocje i uczucia + idiomy + rzeczowniki odczasownikowe i odprzymiotnikowe

Do podanych słów dopisz rzeczowniki, czasowniki lub przymiotniki opisujące podane emocje

..... – strach - przestraszony

kochać - - zakochany

nienawidzić -

..... – pogarda

..... - radość – wesoły/ radosny

denerować się – złość - zdenerwowany

smucić się - - smutny

uspokajać się - - spokojny

rozczarowywać się – rozczarowanie -

..... – wstyd - zawstydzony

zaskakiwać – zaskoczenie -

ekscytować się - ekscytacja -

złościć się - - zły

Połącz fragmenty idiomów w pary i wyjaśnij ich znaczenie.

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 1. Miłość | ze wstydu |
| 2. Grać | własnego cienia |
| 3. Czerwony | od pierwszego wejrzenia |
| 4. Strach | nie rdzewieje |
| 5. Polak głodny | ma wielkie oczy |
| 6. Stoicki | jak paw |
| 7. Stara miłość | spokój |
| 8. Dumny | to zły |
| 9. Bać się | na nerwach |
| 10. Spalić się | ze złości |



rdza, rdzewieć



cień



paw



palić się



PAULINA LIPIEC
WWW.POLSKIDAILY.EU

PAULINA@POLSKIDAILY.EU

W luki wstaw **rzeczowniki** utworzone od słów w nawiasach

..... (uśmiechać się) Polaka

Badania emocji potwierdzają – wygląda na to, że Polacy odczuwają coraz większą (satisfakcjonujący) z życia.

Joanna Cieśla: Z opublikowanych w ostatnich dniach (badać) przeprowadzonych przez Instytut Badawczy Pentor wyłania się dość zaskakujący obraz emocjonalności Polaków. Częściej niż inne narody Europy śmiejemy się, płacemy, narzekamy, kłócimy się i krzyczymy. Nagle staliśmy się tak ekspresyjni?

Dr Dorota Kobylińska: Badania były prowadzone w szczególnych okolicznościach – dwa dni po ich (rozpocząć) wydarzyła się katastrofa smoleńska. To mogło powodować, że ludzie dawali sobie większe przyzwolenie na (mówić) o emocjach i okazywanie ich – przecież znane osoby smuciły się przed kamerami. Z drugiej strony skłonność do okazywania (serdeczny) i pozytywnych uczuć też mogła wzrosnąć, na zasadzie dodawania sobie otuchy, przekonywania samych siebie, że nie jest aż tak źle.

Czy można oszacować, jak bardzo katastrofa zmieniła nasze codzienny sposób przeżywania i okazywania uczuć?

To byłoby trudne. Ale można powiedzieć, że w europejskim rankingu uplasowaliśmy się w tych badaniach na drugim miejscu pod względem (łatwy) okazywania emocji, zaraz za Duńczykami.

Duńczycy mają największą łatwość okazywania uczuć w Europie?!

Tak, to sprzeczne ze stereotypem, prawda? Tym bardziej, że na ostatnich miejscach znaleźli się, co prawda, Niemcy i Austriacy, ale Hiszpanie i Włosi, uznawani przecież w potocznym (myśleć) za emocjonalnych, ustawili się w środku.

Jak to wyjaśnić?

Duńczycy często zajmują czołowe miejsca także w badaniach dotyczących szczęścia, poczucia satysfakcji itp. Jeśli chodzi o pozostałe narody, znaczenie może mieć nie tylko siła przeżywanych emocji, ale też (umieć) nazywania ich. Południowcy prawdopodobnie mają (trudny) z ubieraniem swoich przeżyć w słowa.



B1/ B2, Emocje i uczucia + idiomy + rzeczowniki odczasownikowe i odprzymiotnikowe

A jak rozumieć to, że śmiejemy się najczęściej na tle innych europejskich narodów – deklaruje to siedemdziesiąt pięć procent badanych?

..... (śmiać się) jest akceptowalnym zachowaniem i łatwiej się do niego przyznać ankieterowi niż na przykład do wstydu lub strachu. Poza tym, łatwiej go u siebie zauważamy niż palenie się ze złości. Ciekawe jest także to, że mówimy o śmiechu, pytani, w jaki sposób sami najczęściej okazujemy emocje. Gdy zapytać, w jaki sposób najczęściej okazują emocje Polacy, pada odpowiedź, że robią to przez (narzekanie) - co świadczy o tym, że mamy ciągle negatywny autostereotyp, czyli obraz siebie jako narodu.

Zastanawiam się, czy przez śmiech zawsze wyrażamy pozytywne emocje?

Pewnie nie musi być on wyłącznie ekspresją radości – czasem śmiejemy się gorzko, a czasem po to, żeby komuś sprawić (przyjemny). Ale można rozumieć to i tak, że stajemy się coraz bardziej usatysfakcjonowanym, zadowolonym narodem. I to zgadza się z tendencją, która od kilku lat pojawia się w różnych badaniach.

Badanie zostało przeprowadzone w kwietniu 2010 r. na reprezentatywnej 1000-osobowej grupie Polaków na zlecenie firmy Kimberly-Clark.

Opracowano na podstawie: <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/spoleczenstwo/1506168,1,ktore-europejskie-narody-sa-najbardziej-emocjonalne.read>

[Przeczytaj tekst i odpowiedz na pytania](#)

Emocje a uczucia

Emocje i uczucia określają znaczenie jakie człowiek ma sam dla siebie. Jakie znaczenie mają dla niego pewne zdarzenie, przedmiot, inni ludzie. Słowa: "emocja" i "uczucie" są czasem stosowane jako synonimy, a jednak naukowcy podkreślają, że mają inne znaczenia. Emocje dotyczą stanów bardziej pierwotnych, służących do oceny danej sytuacji jako zagrożenia lub przyjemności. Emocją będzie np. strach, radość lub gniew czyli coś, co informuje nas o tym, czy np. Panią X trzeba traktować w danej chwili jako przyjaciela czy wroga. Uczucia natomiast są stanami bardziej skomplikowanymi jak: miłość do ojczyzny, altruizm czy lojalność. Na przykład uczucie jakie wywołuje w nas piękny obraz to nie to samo co emocja radości jaką odczuwamy w przypadku, kiedy zgubimy się, a potem znajdziemy drogę. Uczucia są związane z umiejętnością do życia w społeczeństwie. Można powiedzieć, że emocje pomagają nam przetrwać a z



PAULINA LIPIEC
WWW.POLSKIDAILY.EU

PAULINA@POLSKIDAILY.EU

pewnością były ważne dla przetrwania naszych przodków. Uczucia natomiast są bardziej złożone, związane z naszym życiem wśród innych ludzi i w kulturze. Co więcej, emocje są podobnie odczuwane i pokazywane pozawerbalnie (np. mimicznie) w różnych krajach, podczas gdy uczucia różnią się w zależności od warunków, w jakich żyjemy.

Opracowano na podstawie tekstu: http://portal.psychologiczny.pl/news/53/Emocje_a_uczucia

Prawda czy fałsz?

1. Emocje i uczucia to to samo.
2. Emocje pomagają nam zdecydować, czy dana sytuacja jest dla nas niebezpieczna.
3. Uczucia są pomagają żyć wśród innych ludzi.
4. Emocje są bardziej skomplikowane niż uczucia.
5. Kultura ma większy związek z emocjami niż uczuciami.
6. I emocje, i uczucia zależą od kultury, w której żyjemy.

