

Waarom emotie?

Om emoties en gevoelens te leren begrijpen is het heel belangrijk om te weten wat het nut is van een emotie. Waarom heb je bepaalde emoties?

Met behulp van dit werkblad ga je nadenken over je emoties en gevoelens en waarom je deze hebt.

Boosheid

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?

.....
.....
.....

Wat is het doel van deze emotie?

.....
.....
.....

Blijheid

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?

.....
.....
.....

Wat is het doel van deze emotie?

.....
.....
.....

Verdriet

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?.....

.....
.....

Wat is het doel van deze emotie?

.....
.....
.....

Angst

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?

.....
.....
.....
.....

Wat is het doel van deze emotie?

.....
.....
.....
.....

Schaamte

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?

.....
.....
.....

Wat is het doel van deze emotie?

.....
.....
.....

Schuldgevoel

Wat gebeurt er wanneer je deze emotie niet meer hebt?.....

.....

Wat is het doel van deze emotie?.....

.....