

Känslouttryck

Stadie: Åk. 4 – 6

Ämne: Svenska

Tema: Känslouttryck

Ordkollen

Orden i listan nedan är bra att känna till i ämnet, och särskilt bra att känna till för att lyckas väl med arbetsbladet.

Ämnesbegrepp	Förklaring	Synonymer
Känsla	En emotionell upplevelse som påverkar vårt beteende.	Emotion, sinnesstämning
Uttryck	Sättet vi visar våra känslor på, både verbalt och icke-verbalt.	Signal, kommunikation
Empati	Förmåga att förstå och dela en annan persons känslor.	Medkänsla, förståelse
Kroppsspråk	Icke-verbal kommunikation genom kroppens rörelser och uttryck.	Gestikulation, mimik
Reflektion	Att tänka igenom och analysera sina känslor och reaktioner.	Eftertanke, analys

Känslouttryck i text

Skriv en kort text där du beskriver en situation där du kände en stark känsla. Tänk på att beskriva känslan och hur den påverkade dig.

Flervalsfrågor

Markera det alternativ som du tycker passar bäst.

1. Vilken känsla beskriver du oftast?

- a) Glädje
- b) Rädsla
- c) Ledsamhet
- d) Ilska

2. Vad använder du för att uttrycka dina känslor?

- a) Ord
- b) Kroppsspråk
- c) Musik
- d) Konst

3. Vad är empati?

- a) Att förstå sina egna känslor
- b) Att kunna läsa andras känslor
- c) Att ignorera andras känslor
- d) Att skratta åt andra

4. Hur kan du visa att du är glad?

- a) Genom att le
- b) Genom att gråta
- c) Genom att vara tyst
- d) Genom att slå på något

5. Vilken känsla kan ofta leda till konflikt?

- a) Glädje
- b) Ilska
- c) Kärlek
- d) Tillfredsställelse

Sanna eller falska påståenden

Skriv S för sant och F för falskt.

1. Känslor kan påverka våra beslut. __
2. Alla människor uttrycker sina känslor på samma sätt. __
3. Kroppsspråk är en viktig del av hur vi kommunicerar. __
4. Empati handlar endast om att känna glad. __
5. Att reflektera över sina känslor kan hjälpa oss att förstå oss själva bättre. __

Beskrivande uppgift

Beskriv hur du kan hjälpa en vän som känner sig ledsen. Vilka ord eller handlingar kan du använda?

Öppna frågor

1. Varför är det viktigt att kunna uttrycka sina känslor?

2. Hur kan du utveckla din empati?

Tags: [Arbetsblad](#)