

## A1.25.1 Parler de ses émotions

Mówić o swoich emocjach



Dans une famille, parler des **émotions** est important. Un parent *ressent* parfois de la **joie**, de la **tristesse** ou de la **colère**. Il ne cache pas tout : il dit simplement ce qu'il *ressent* dans la vie de tous les jours. Comme ça, les enfants apprennent à reconnaître les émotions et ils n'ont pas **honte** d'en parler.

*W rodzinie ważne jest mówienie o **emocjach**. Rodzic odczuwa czasem **radość**, **smutek** lub **złość**. Nie ukrywa wszystkiego: po prostu mówi, co czuje na co dzień. Dzięki temu dzieci uczą się rozpoznawać emocje i nie mają wstydu, by o nich rozmawiać.*

1. Quel est le rôle du parent dans la famille ?
  - a. Cacher les émotions des enfants
  - b. Punir les enfants quand ils pleurent
  - c. Guider les enfants pour comprendre les émotions
  - d. Apprendre seulement les couleurs et les chiffres
2. Que fait la narratrice pour aider ses enfants au quotidien ?
  - a. Elle demande à l'école de tout expliquer
  - b. Elle verbalise ses émotions chaque jour
  - c. Elle ne parle jamais de ses sentiments
  - d. Elle utilise toujours une roue des émotions
3. Que dit-elle à ses enfants sans problème ?
  - a. Qu'ils ne doivent jamais pleurer
  - b. Qu'ils doivent ignorer leurs émotions
  - c. Qu'elle a toujours raison
  - d. Qu'elle est en colère ou contente

1-c 2-b 3-d

### 2. Przeczytaj dialog i odpowiedz na pytania.

Depuis quelques jours, Charlotte est nerveuse d'aller au travail et elle en parle avec Jules.

*Od kilku dni Charlotte jest niespokojna przed pójściem do pracy i rozmawia o tym z Julesem.*

**Jules:** La présentation pour Monsieur Martin est (Prezentacja dla pana Martina jest gotowa?) prête ?

**Charlotte:** Non, je dois la présenter ce soir. Je suis (Nie, muszę ją zaprezentować dziś wieczorem. Jestem stressedée. zdenerwowana.)

**Jules:** Il est un peu nerveux ces jours-ci. (Ostatnio jest trochę nerwowo.)

**Charlotte:** Oui, parfois il est content, parfois il est (Tak, czasami jest zadowolony, a czasami énervé. zdenerwowany.)

**Jules:** C'est difficile avec lui. Il donne beaucoup (Z nim jest trudno. Daje nam dużo pracy.) de travail.

**Charlotte:** Je parle souvent avec Anaïs. Elle est aussi (Często rozmawiam z Anaïs. Ona też jest zdenerwowana.) stressedée.

**Jules:** Peut-être qu'on peut lui dire qu'on est (Może powinniśmy mu powiedzieć, że jesteśmy fatiguées. zmęczone.)

**Charlotte:** Oui, peut-être. J'espère qu'il comprend. *(Tak, może. Mam nadzieję, że zrozumie.)*

1. Pourquoi Charlotte est stressée ?
  - a. Parce qu'elle déteste son travail.
  - b. Parce qu'elle est amoureuse de Monsieur Martin.
  - c. Parce qu'elle doit présenter la présentation ce soir.
  - d. Parce que Monsieur Martin est toujours surpris.
2. Comment est Monsieur Martin, selon Charlotte ?
  - a. Il est parfois content et parfois énervé.
  - b. Il est toujours triste.
  - c. Il est malheureux parce qu'il est fatigué.
  - d. Il est magnifique et génial.

**1-c 2-a**