

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. Punir les enfants quand ils pleurent
 - b. Cacher les émotions des enfants
 - 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 utilise toujours une roue des émotions
 - b. Elle demande à l'école de tout expliquer
 - c. Elle ne parle jamais de ses sentiments
 - d. Elle verbalise ses émotions chaque jour

1-c-2-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 prête ? *(Prezentacja dla pana Martina jest gotowa?)*

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

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

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

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

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

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

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

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

1-a 2-c