

## A1.25.1 Jak rozumieć emocje?



1. Co robi kot, gdy czuje się bezpiecznie?
  - a. Syczy.
  - b. Chowa się pod łóżkiem.
  - c. Głośno szczeka.
  - d. Mruczy.
2. Co oznacza mruganie kota?
  - a. „Chcę wyjść na dwór”.
  - b. „Jestem głodny”.
  - c. „Lubię cię”.
  - d. „Nie lubię cię”.

1-d 2-c

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

- Wiktor:** Jestem bardzo zdenerwowany przed jutrzejszym spotkaniem z szefem.
- Karolina:** Ach, to już jutro? Nie martw się. Stres jest normalny w takiej sytuacji.
- Wiktor:** Boję się, że źle wypadnę. Naprawdę zależy mi na tym awansie.
- Karolina:** Dasz sobie radę. Najważniejsze, żebyś był pewny siebie, spokojny i profesjonalny.
- Wiktor:** Łatwo powiedzieć, trudniej zrobić. Kiedy jestem zdenerwowany, drżą mi ręce.
- Karolina:** Spróbuj wziąć kilka głębokich oddechów i lekko się uśmiechać.
- Wiktor:** A co z drżeniem rąk? Masz na to jakiś sposób?
- Karolina:** Spokojnie. Po prostu trzymaj ręce na kolanach i nikt tego nie zauważy.
- Wiktor:** Dobrze, zastosuję się do twoich rad. Trzymaj kciuki!
- Karolina:** Będzie dobrze! Gdy zaczniesz mówić o nowym stanowisku, stres minie.

1. Dlaczego Wiktor jest zdenerwowany?
  - a. Bo jest wściekły na kolegę z pracy.
  - b. Bo jutro ma spotkanie z szefem.
  - c. Bo płacze, bo jest smutny.
  - d. Bo jest znudzony w domu.
2. Co Karolina radzi Wiktorowi zrobić z rękami podczas spotkania?
  - a. Schować ręce do kieszeni.
  - b. Machnąć rękami i śmiać się.
  - c. Trzymać ręce na stole, żeby było widać.
  - d. Trzymać ręce na kolanach.

1-b 2-d