

JAUSMŲ TERMOMETRAS



**Įsiutau
Pykstu
Susierzinau**

*Pasirinkimai: paprašyti pagalbos,
pertraukėlės; nueiti į ramią vietą;
suskaičiuoti iki 10...*



Nerimauju

Bijau

*Pasirinkimai: pasiklausyti
muzikos, pasikalbėti,
pasivaikščioti...*



**Liūdžiu
Pavargau
Nuobodu**

*Pasirinkimai: pakvėpuoti,
galvoti apie malonius dalykus,
paprašyti pagalbos,
apsikabinti...*



**Jaučiuosi ramiai,
laimingai
Atsipalaidavau
Didžiuojuosi savimi**

*Pasirinkimai: pasidalinti savo
džiaugsmu su kitais, padėti draugams...*