



# Den store følelsesfamilien!

- Sjå på figurane over og prøv å finne ut kva følelse dei er! Korleis kjennes desse i kroppen?
- Sjå på hjulet under; veit du kva alle desse følelsane er? Korleis dei kjennes i kroppen? Korleis ser du ut i kropp og ansikt når du kjenner dei?
- På hjulet er dei plassert saman med slektningane sine. Er du overraska over kven dei er i slekt med? Er det nokon følelsar du ikkje finn på hjulet?
- Hjulet er fargekoda. Følelsane som har varme fargar gir kraft og energi, medan dei med kalde fargar tappar for energi. Stemmer dette med di erfaring?

