

# SŁOWNICZEK EMOCJI I POSTAW – „W”

**Dzisiaj wyrazy ze słowniczka na „W”**

## **WALKA WEWNĘTRZNA, WSTYD, WYCISZENIE, WYOBRAŻNIA, WYTRWAŁOŚĆ**

**Walka wewnętrzna** - Czy zastanawiałeś się kiedyś, dlaczego czasami nie możesz dojść do ładu sam ze sobą? Albo z jakiego powodu niekiedy masz wrażenie, że siebie nie lubisz? Jeśli tak, to nie myśl, że coś jest z Tobą nie w porządku. To tylko efekt tego, że każdy z nas miewa w sobie sprzeczne przekonania i postawy. Jest to szczególnie dokuczliwe w młodym wieku, kiedy w organizmie człowieka następują szybkie zmiany i kształtuje się charakter.

**Wstyd** - jest niezwykle złożonym zjawiskiem i dotyka każdego człowieka, chociaż w różnym stopniu. To uczucie przykre i upokarzające. Towarzyszy nam, gdy jesteśmy zakłopotani, ponieważ uczyniliśmy coś złego lub niewłaściwego. Wstyd jest zwykle połączony z lękiem przed oceną innych ludzi.

**Wyciszenie.** Życie człowieka bywa pełne emocji i często przynosi napięcia oraz rozczarowania. Pewnie już nieraz to odczuleś. Czasami mamy tak dość szkoły, kolegów i różnych problemów, że najchętniej byśmy się gdzieś ukryli i życzymy sobie, aby cały świat zniknął przynajmniej na chwilę. Warto wtedy poszukać miejsca, w którym zdołamy wyciszyć swoje emocje.

**Wyobrażenia** - to forma pracy umysłu polegająca na tworzeniu lub przywoływaniu w głowie różnych wizji, np. obrazów lub historii. Wyobrażanie to proces twórczy, bo wszelkie sytuacje, osoby, przedmioty i zjawiska można przedstawić sobie zgodnie z własną wolą i dowolnie je w myślach przekształcać.

**Wytrwałość** - to konsekwentne i cierpliwe dążenie do zamierzonego celu, niepoddawanie się mimo trudności czy przeciwności życiowych. Ta cecha jest konieczna, by zrealizować cele odległe w czasie, dlatego idzie ona w parze z zaangażowaniem i wolą podejmowania wysiłku.

źródło [SuperKid.pl](http://SuperKid.pl)

*polecam Beata Duraj  
pedagog szkolny*