

Gefühlskarten

Referenzblatt | FairCare Selbstreflexion

Schau dir die Gesichter unten an. Zeige auf das Gesicht oder nenne das Gesicht, das deiner momentanen Stimmung am ehesten entspricht. Es gibt keine richtigen oder falschen Antworten.



Glücklich

Ich fühle mich gut.



Traurig

Ich fühle mich niedergeschlagen.



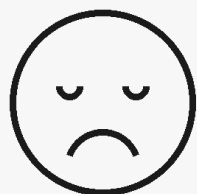
Besorgt

Etwas beschäftigt mich.



Wütend

Ich bin frustriert.



Müde

Ich habe keine Energie.



Ruhig

Ich fühle mich ausgeglichen.



Hoffnungsvoll

Die Dinge könnten besser werden.



Überfordert

Zu viel auf einmal.