

Έξυπνα Συναισθήματα

Το Παιχνίδι της Συναισθηματικής Νοημοσύνης

Project Reference:
2021-1-BG01-KA220-ADU-000033724

eIVET

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

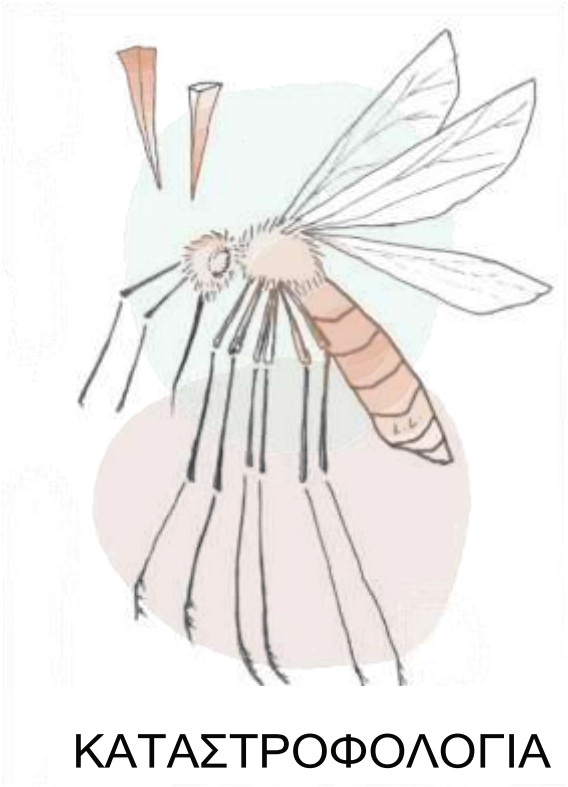
Η υποστήριξη της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την παραγωγή του παρόντος δεν συνιστά αποδοχή του περιεχομένου, το οποίο αντανακλά τις απόψεις μόνον των δημιουργών, και η Ευρωπαϊκή Επιτροπή δεν φέρει ουδεμία ευθύνη για οποιαδήποτε χρήση των πληροφοριών που εμπεριέχονται σε αυτό.

Illustrations © Lenka Lipárová

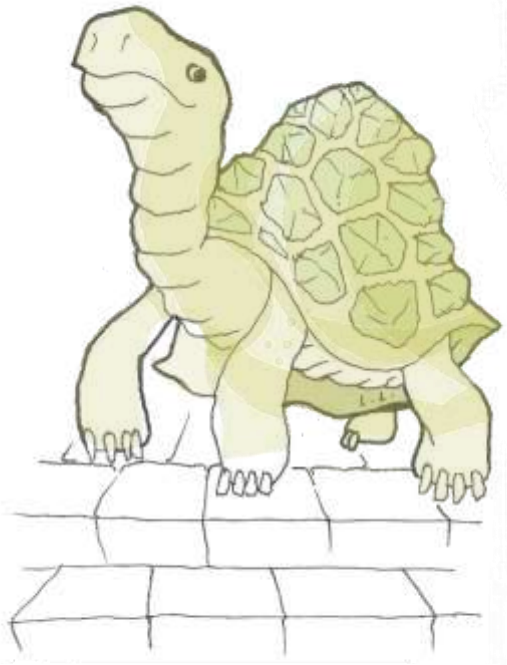
Project Number: 2021-1-BG01-KA220-ADU-000033724

eIVET

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union



ΚΑΤΑΣΤΡΟΦΟΛΟΓΙΑ



ΑΠΟΔΟΧΗ



ΦΑΥΛΟΣ ΚΥΚΛΟΣ



ΚΑΤΑΣΤΟΛΗ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΟΣ


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική

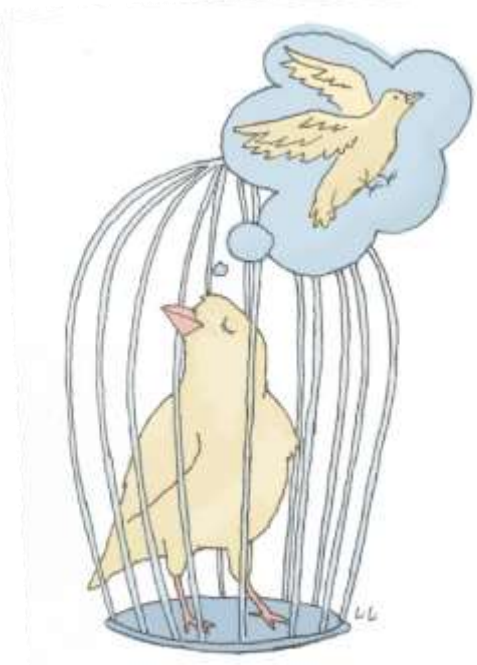

eivet
στρατηγική



ΚΑΤΗΓΟΡΩΝΤΑΣ
ΑΛΛΟΥΣ



ΑΣΚΗΣΕΙΣ
ΑΝΑΠΝΟΗΣ



ΕΥΣΕΒΗΣ ΠΟΘΟΣ

ΑΠΟΣΠΑΣΗ
ΠΡΟΣΟΧΗΣ




eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική



ΓΝΩΣΤΙΚΗ
ΑΝΑΠΛΑΙΣΙΩΣΗ



ΕΚΦΡΑΣΗ
ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑΤΩΝ



ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΑΠΟΜΟΝΩΣΗ



ΑΥΤΟΚΡΙΤΙΚΗ


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική



ΚΟΙΝΩΝΙΚΗ
ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΗ



ΑΠΟΦΥΓΗ
ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ



ΕΠΙΛΥΣΗ
ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΟΣ

Η ΔΙΚΗ
ΣΟΥ
ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική


eivet
στρατηγική



ΜΟΝΟ ΕΓΩ



ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΙ



ΦΙΛΟΙ



ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ


eivet
συνθήκη
eivet
συνθήκη


eivet
συνθήκη
eivet
συνθήκη



ΑΡΜΟΔΙΟ
ΑΤΟΜΟ



ΑΝΑΡΜΟΔΙΟ
ΑΤΟΜΟ

Η ΔΙΚΙΑ
ΜΟΥ
ΣΥΝΘΗΚΗ

ΤΟ ΔΙΚΟ
ΣΟΥ ΣΕΝΑΡΙΟ


eivet
συνθήκη


eivet
συνθήκη


eivet
σενάριο


eivet
συνήκη



ΚΑΒΓΑΣ
ΚΑΛΩΝ ΦΙΛΩΝ

Unexpected event

ΑΠΡΟΣΜΕΝΟ
ΓΕΓΟΝΟΣ ΣΕ ΤΑΞΙΔΙ





ΥΠΕΡΦΟΡΤΩΜΕΝΟΣ
ΑΝΕΛΚΥΣΤΗΡΑΣ




eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο

ΧΑΘΗΚΑ
ΣΤΟ ΤΑΞΙΔΙ





ΕΣΚΑΣΕ ΤΟ ΛΑΣΤΙΧΟ



ΤΡΥΠΑ
ΣΤΗΝ ΚΑΛΤΣΑ



ΑΛΜΥΡΟ ΓΕΥΜΑ
ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο

ΑΚΑΤΑΣΤΑΣΙΑ
ΣΤΟ ΓΡΑΦΕΙΟ



ΞΕΧΑΣΑ ΤΟ ΟΝΟΜΑ
ΣΥΝΑΔΕΛΦΟΥ





ΤΡΑΚΑΡΑ
ΤΟ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟ
ΤΟΥ ΠΑΤΕΡΑ



ΛΑΘΟΣ
ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ
ΚΑΡΝΑΒΑΛΙΟΥ


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο



ΔΕΝ ΕΙΝΑΙ
ΔΙΚΟ ΜΟΥ ΤΟ
ΛΑΘΟΣ ... Ή?

ΕΠΙΤΥΧΗΜΕΝΟ ΕΡΓΟ



ΕΝΑΝΤΙ ΑΠΟΛΥΣΗΣ

ΝΤΡΟΠΗ
ΣΤΑ ΜΕΣΑ



ΚΟΙΝΩΝΙΚΗΣ
ΔΙΚΤΥΩΣΗΣ



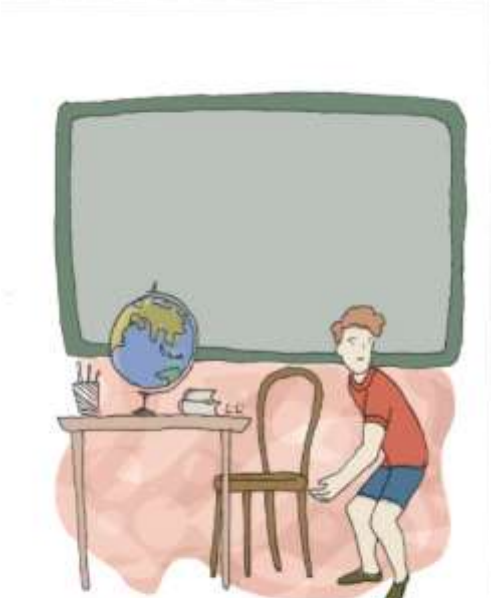
ΔΕΝ ΕΙΜΑΙ
ΕΤΟΙΜΟΣ-Η
ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο



ΤΣΙΧΛΑ ΣΤΗΝ
ΚΑΡΕΚΛΑ
ΤΟΥ ΚΑΘΗΓΗΤΗ



ΕΣΦΑΛΜΕΝΗ
ΑΠΟΣΤΟΛΗ EMAIL



ΧΥΘΗΚΕ Ο ΚΑΦΕΣ
ΣΤΟ LAPTOP
ΤΟΥ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗ



ΞΕΧΑΣΑ
ΤΑ ΓΕΝΕΘΛΙΑ
ΤΗΣ ΜΑΜΑΣ


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο



ΑΣΤΟΧΗ ΠΑΣΑ



ΔΕΝ ΕΧΩ ΧΡΗΜΑΤΑ
ΜΑΖΙ ΜΟΥ ΓΙΑ
ΤΟ ΔΕΙΠΝΟ



ΛΑΝΘΑΣΜΕΝΑ
ΣΥΓΧΑΡΗΤΗΡΙΑ
ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ



ΕΧΑΣΑ ΤΗΝ ΠΤΗΣΗ


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο


eivet
σενάριο

αποδοχή απώλειας,

υποστήριξη και
κατανόηση,

παρηγοριά
και στοχασμός

ανήκω κάπου,

αυτοέκφραση,

αυτοαποδοχή

δράση,

διαβεβαίωση
και προστασία,

προβλεψιμότητα
και σταθερότητα

δικαιοσύνη,

αυτοσεβασμός
και όρια,

έλεγχος
και αυτονομία


Χαρά
συναίσθημα
eivet

Θλίψη
συναίσθημα
eivet


Θυμός
συναίσθημα
eivet

Φόβος
συναίσθημα
eivet

λογική,

ψυχική αποδοχή,

ακεραιότητα,

ηθικές αξίες,

όρια και
φροντίδα εαυτού

καινοτομία
και ενθουσιασμός,

προσαρμοστικότητα,

ευελιξία,
ενημέρωση,
προβλεψιμότητα

αποδοχή του
εαυτού σου,

προσωπική
ανάπτυξη,

ρήξη με την
ψεύτικη ταυτότητα,

εντοπισμός
προσωπικών
δυνατοτήτων

οικειότητα
και σύνδεση,

φροντίδα και στοργή,

υποστήριξη
και συνεργασία


Έκπληξη
συναίσθημα
eivet
Αηδία
συναίσθημα
eivet


Αγάπη
συναίσθημα
eivet
Ενοχή
συναίσθημα
eivet

περιπέτεια
και πρόκληση,

προσμονή
και έκφραση,

έμπνευση
και υποκίνηση

αποδοχή της
προσωπικής αξίας,

αυτοσυμπόνια,

αυτοεκτίμηση,

αυτογνωσία
και κατανόηση

συναισθηματική
υποστήριξη
και κατανόηση,

μεταμόρφωση,

αλλαγή για
εύρεση σκοπού

προσωπικά όρια
και σεβασμός,

ενδυνάμωση
και έλεγχος,

αποδοχή,

αυτοσεβασμός,
τρυφερότητα,
εγγύτητα


Ντροπή
συναίσθημα
eivet
Ενθουσιασμός
συναίσθημα
eivet


Επιθετικότητα
συναίσθημα
eivet
Ανησυχία
συναίσθημα
eivet

αυτοεκτίμηση,

αναγνώριση,

εκτίμηση,

αποδοχή,

αυτοσεβασμός
και αυτοβελτίωση

αναγνώριση
προσωπικής αξίας,

τόνωση
και δέσμευση,

καινοτομία
και ποικιλία,

δημιουργικότητα
και έμπνευση

σύνδεση και
συντροφικότητα,

συναισθηματική
οικειότητα
και υποστήριξη,

συμμετοχή
και κοινωνικοποίηση

ανακάλυψη
προσωπικής
ταυτότητας,

κατανόηση
και σαφήνεια
σε σχέση με
τους άλλους,

αποφυγή κοινωνικής
σύγκρισης,

κατανόηση
και ενσυναίσθηση,

αποδοχή
και ανεκτικότητα


Ανία
συναίσθημα
eivet
Ζήλια
συναίσθημα
eivet


Μίσος
συναίσθημα
eivet
Μοναξιά
συναίσθημα
eivet