ZADATAK: PROČITAJ TEKST.

**SUOČAVANJE S LJUTNJOM**

**Ljutnja je emocija.**

**Normalno je ponekad se naljutiti.**

**Kada se naljutiš srce ti ubrzano lupa, znoje ti se dlanovi, povisuje se krvni tlak.**

**Često kada smo ljuti pretjerano reagiramo i kasnije nam bude žao zbog našeg ponašanja.**

**U redu je ponekad osjećati ljutnju ali je jako važno razgovarati s bliskim osobama o svojim osjeajima i pokušati probleme koji su nas doveli do ljutnje riješiti na miran način.**

ZADATAK: U bilježnicu iz hrvatskog jezika prepiši rečenicu i dopuni ju odgovorom koji odabereš.

1. Mene najviše ljuti \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .
2. kad me netko optuži za nešto što nisam napravio
3. kad me prijatelji zadirkuju
4. kad netko viće na mene
5. Kad me netko optuži za nešto što nisam napravio najbolje je

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ .

1. okrenuti se i otići
2. pokušati objasniti
3. potući se
4. Kad me prijatelji zadirkuju najbolje je \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
5. potući se
6. okrenuti se i otići
7. reći učiteljici ili roditeljima
8. svađati se
9. Kad netko viće na mene najbolje je da

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

1. vićem i ja na njega
2. odem od njega
3. kažem mu da se smiri
4. udarim ga
5. Mene najčešće naljuti \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.
6. prijatelj
7. učiteljica
8. roditelji
9. brat ili sestra