



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI



OTWARTA SZKOŁA
SYSTEM WSPARCIA UCZNIÓW MIGRUJĄCYCH

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Opis przeżyć wewnętrznych



Język polski
Klasa VI SP


Projekt jest współfinansowany ze środków Unii Europejskiej
w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

plan

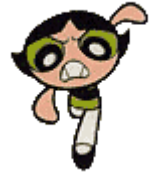
- 1. Opis przeżycia wewnętrznego – definicja
- 2. Nasze emocje – gniew, radość, strach
- 3. Przykłady opisów przeżyć wewnętrznych
- 4. Praca domowa

Czyli...?

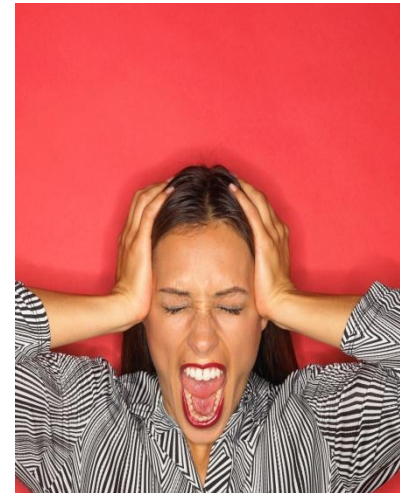
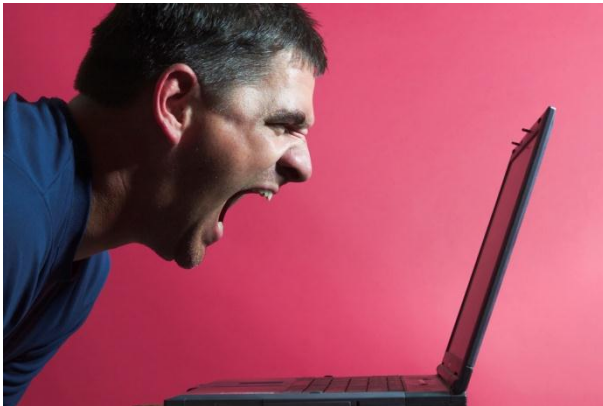


Opis przeżyć wewnętrznych to opis: uczuć,  emocji, doznań, które odczuwa każdy z nas. Wszystko, co nas otacza wywiera na nas jakiś wpływ, czujemy radość, smutek, rozgoryczenie, euforię, rozpacz i wiele innych emocji. Kiedy jednak nauczysz się przelewać na papier swoje uczucia, pomożesz w ten sposób zarówno sobie, jak i innym. Więc do dzieła!

Gdy czujesz gniew



- wybuchasz złością; wpadasz w furię; przewraca się w tobie wątroba; burzy się w tobie żółć; bierze cię złość, wściekłość; serce podchodzi ci do gardła; rwiesz włosy z głowy; budzi się w tobie zwierzę



Gdy czujesz miłość, radość

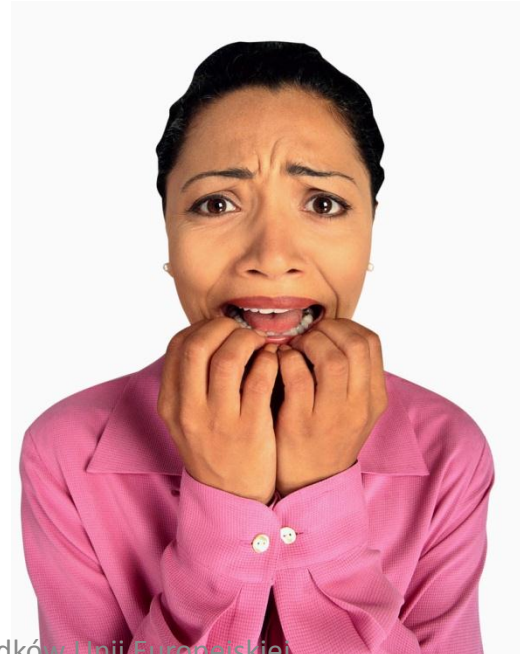
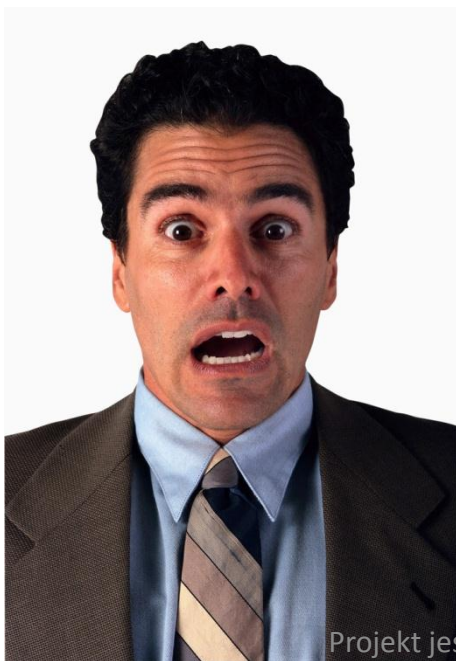


- jaśniej (promienieje) ci twarz; zaparło ci dech w piersiach; oniemiałeś (zaniemówiłeś) z zachwytu na czyjś widok; radość przepętnia ci serce; oczy błyszczą ci z zachwytu na czyjś widok; jesteś w siódmym niebie; patrzysz na kogoś rozkochanymi (pełnymi entuzjazmu) oczami;

Gdy czujesz strach



- nogi uginają się pod tobą; wpadasz w panikę; masz nogi jak z waty, stajesz jak słup soli; robisz wielkie oczy; serce wali ci jak młot; strach zmroził ci krew w żyłach; ręce ci się trzęsą; cały drżysz niczym osika



Jakie uczucia wyrażają te osoby?



Opis przeżyć wewnętrznych

- Język nasz jest bogaty w słowa precyzyjnie nazywające uczucia: *obawa, niepokój, lęk, strach, przerażenie, trwoga, panika*. Spójrz, masz do dyspozycji aż siedem nazw różnego natężenia *strachu*. Ile wymyśliłbyś sam? Pewnie znacznie mniej, pamiętaj zatem o istnieniu *Słownika wyrazów bliskoznacznych*. Przyda ci się też drugi pomocnik - *Słownik frazeologiczny języka polskiego*.

Opis przeżyć wewnętrznych

- Do **obrazowego** opisywania przeżyć wiele stałych związków frazeologicznych przydaje się jak znalazł:
- *chciałbym zapaść się pod ziemię,*
- *kamień spadł mi z serca,*
- *z duszą na ramieniu,*
- *czułem skrzydła u ramio*
- *mgła przestoniła mi oczy,*
- *krew uderzyła mi do głowy.*
- Korzystaj z nich, bo samemu trudno jest wymyślić coś równie trafnego.

Opis przeżyć wewnętrznych

- ABY TWOJ OPIS BYŁ DOBRY...
 - Przedstaw sytuację, która wywołała opisywany stan emocjonalny.
- Zadbaj o właściwe proporcje, opowiadanie nie może zdominować opisu.
 - Wykorzystuj środki językowe, które nadadzą Twojemu opisowi obrazowość, np. związki frazeologiczne, porównania.
 - Nie ograniczaj się do wymieniania uczuć, przedstaw ciekawy sposób ich wewnętrzne i zewnętrzne przejawy.
 - Aby nadać wypowiedzi charakter bardziej osobisty, zastosuj narrację pierwszoosobową.
 - Pisz przekonująco! Postaraj się, aby opis był psychologicznie wiarygodny.

Opis przeżyć wewnętrznych

- Przeczytaj dwie prace pisane przez czternastoletnie uczennice. Autorka pierwszej z nich potrafiła opisać uczucia swoich bohaterów w sposób głęboki i niepretensjonalny. Autorka drugiej siliła się na niezwykłość, ale stworzyła raczej monologowe rozpatrywanie własnej sytuacji wzbogacone o pretensjonalne opisy wizji pojawiających się w umyśle wykreowanej przez siebie postaci. Niewiele uczuć nazwała wprost, a przecież w sercu i myślach człowieka z wyobraźnią przewija się ich tyle, że naprawdę efekt nie musi opierać się na opisie "twarzy z zębami jak komplet noży".
Pod względem poprawności językowej obie prace są bez zarzutu.

Opis przeżyć wewnętrznych bohatera opowiadania Marka Hłaski "List"

Pedałowałem i pedałowałem ile sił w nogach. Wiozłem ważny, pilny list. Wiozłem list i nadzieję. To działo się tak szybko, że i teraz będę to opisywał chaotycznie. Wołałem go już od bramy. Spojrzał na mnie, a ja dostrzegłem smutek w jego oczach, lecz gdy mu powiedziałem, co przywożę, zmienił się od razu na twarzy, a i mnie zrobiło się ciepło na sercu. Kiedy on powoli, z drżeniem rąk odpieczętował list, czułem się jak zwycięski wódz i triumfator, a jednocześnie moja dusza piszcziała jak głosik małego dziecka ze szczęścia i dumy, bo to ja właśnie uszczęśliwiłem tego człowieka. Gdy przeczytał, popatrzył swoim zwykłym ponurym wzrokiem na mnie, a ja poczułem narastający wstyd i winę. Odjechałem szybko. Czułem jakąś drzazgę wbijającą mi się w serce. Powoli tży, jedna za drugą zaczęły spływać mi po nie najmłodszym już policzku. Byłem zrozpaczony, ponieważ widziałem po jego oczach, że pozbawiłem go nadziei. To bolało.

To moje największe zwycięstwo - opowiadanie z opisem przeżyć wewnętrznych

•

Wyglądam okropnie, ta sina twarz, podkrążone oczy. Kolejna bezsenna noc. Czy ja kiedyś będę mógł żyć bez strachu przed nadchodzącą nocą? Terapeuta powiedział, że wszystko zależy wyłącznie ode mnie. Zastanawiam się, czy to w ogóle jest możliwe. Dorosły, dojrzały mężczyzna i boi się sam spać w nocy. Odkąd wyniosłem się od rodziców i mieszkam sam (jakieś pół roku), nie mogę prawidłowo funkcjonować. Przecież chyba nie mam żadnego urazu z dzieciństwa. Miałem osobny pokój i wtedy sypiałem spokojnie.

Zapalam nocną lampkę. To za mało. Włączam górne światło. Jest jeszcze gorzej, bo nie widzę, co czai się za oknem. Zdecydowałem, że wytnę to drzewo za oknem, jego cień mnie denerwuje. Co jeszcze mógłbym zrobić? Franek mówił coś o psie..., że jest jak prawdziwy przyjaciel. Nigdy nie miałem własnego zwierzaka, nawet kanarka. Już wiem! W tak dużym mieszkaniu mogę pozwolić sobie chociażby na czarnego teriera rosyjskiego. Muszę o czymś myśleć, inaczej ta ciemność wejdzie w moją głowę. Już się zaczyna. Widzę tę czarną twarz z oczami jak reflektory i zębami jak komplet noży. I ten nauczyciel, który w szóstej klasie straszył nas stale i bił drewnianą linijką po rękach, aż szczypały i siniąły. Telewizora nie będę włączał, bo ludzie mordowani są zawsze przy huku odbiornika. Jeszcze tylko cztery godziny do rana, trzeba przetrzymać, nawet z taki uciskiem w gardle, jakby serce miało się zaraz wyrwać.

Głupio było rozmawiać o tym z rodzicami. Tak się wyrывałem do samodzielności, a tu... Mama od razu wiedziała, że tak się to skończy i namawiała mnie do pozostania. Poradziła mi, bym przez cały czas mówił do siebie, bym zajmował się tylko własną osobą, nie rozglądając się dookoła. I posłuchałem tej rady. Zasnąłem, zanim skończyłem pierwsze zdanie. To była najtrudniejsza sprawa, której dotychczas stawiałem czoła i wygrałem. To moje największe zwycięstwo.