

Öfke

Biri, isteyerek ya da farkında olmadan size zarar verecek, sizi rahatsız edecek kötü bir şey yaptığında hissettiğiniz duygudur. Örneğin biri sizi incitmek için bilerek ittiğinde ya da sokakta dikkatsizce koşan çocuklar size çarptığında öfkeli hissedebilirsiniz.



Nefret

Kendine ya da çevresine, uzun süre çok kötü şeyler yapan bir insanı düşündüğünüzde hissettiğiniz yoğun duygudur. Örneğin sokak hayvanlarına sürekli kötü davranan birini gördüğünüzde ona karşı nefret duygusu hissedebilirsiniz.



Tiksınme

Duyu organlarınızla temas kurmak istemediğiniz şeylerle karşılaştığınızda ve bu şeylerden uzak durmak istediğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin bozulmuş bir yiyecek gördüğünüzde ya da burnunuza çok kötü bir koku geldiğinde tiksınmış hissedebilirsiniz.



Üzüntü

Sizin için önemli olan bir şeyi kaybettiğinizde ve bir daha eskisi gibi olmayacağını düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin harçlıklarınızı biriktirdiğiniz kumbaranız kaybolduğunda üzgün hissedebilirsiniz.



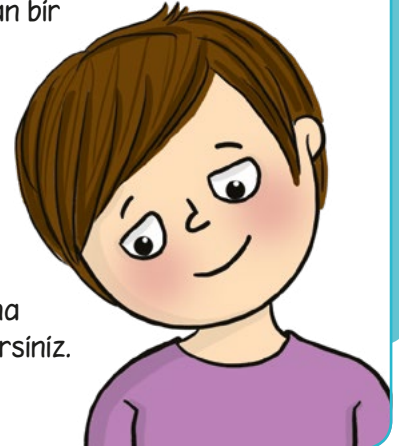
Hayal kırıklığı

Olmasını çok istediğiniz bir şeyin gerçekleşmediğini öğrendiğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin en sevdiğiniz yemekleri yapan restoranın kapandığını öğrendiğinizde kendinizi hayal kırıklığına uğramış hissedebilirsiniz.



Acıma

Bir canlının kötü durumda olmasına neden olan bir talihsizliğine ya da acısına tanık olduğunuzda hissettiğiniz duygudur. Örneğin hastalanmış bir köpek yavrusu gördüğünüzde acıma duygusu hissedebilirsiniz.



Yalnızlık

Sizi umursayan kimsenin olmadığını düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Yalnızlığı, tek başına kaldığınızda ya da çevrenizde başkaları olsa bile sosyal etkileşim az olduğunda hissedebilirsiniz. Örneğin katıldığınız kursta kimseyle iletişiminiz olmadığında kendinizi yalnız hissedebilirsiniz.



Reddedilme

Sizin çok sevdiğiniz ve onun da sizi sevmesini istediğiniz biri tarafından istenmediğinizi düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin her zaman birlikte oynadığınız arkadaşlarınızı dışarıya davet ettiğinizde dışarı gelmeyip evde oynamayı tercih ediyorlarsa reddedilmiş hissedebilirsiniz.



Aşağılanma

Biri, sizi isteyerek küçük düşürmek ya da başkalarına kötü biri olarak göstermek amacıyla bir şey yaptığında hissettiğiniz duygudur. Örneğin sizin fiziksel bir özelliğinizle alay edildiğinde kendinizi aşağılanmış hissedebilirsiniz.



Özlem

Olmasını istediğiniz ancak hemen olmayacağını bildiğiniz bir durumda hissettiğiniz duygudur. Örneğin evi çok uzakta olan bir arkadaşınızın yanında olmak istediğinizde özlem duygusu hissedebilirsiniz.



Kıskanma

İsteddiğiniz bir şeye başkasının sahip olduğunu gördüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin başarmayı çok istediğiniz bir spor dalında sizden daha başarılı olan birinin başarısını kıskanabilirsiniz.



Suçluluk

Birine zarar verdiğiniz düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin annenizin en sevdiği vazosunu yanlışlıkla kırdığınızda ya da sürpriz bir kutlamayı ağızınızdan kaçırıp sürprizi bozduğunuzda suçluluk duygusu hissedebilirsiniz.



Utanç

Bilinmesini ya da fark edilmesini istemeyeceğiniz bir durumun açığa çıkması sonrasında hissettiğiniz duygudur. Örneğin herkesin içinde yanlışlıkla geçirdiğinizde ya da bisiklete binerken pantolonunuz yırtıldığını fark ettiğinizde utanç duygusu hissedebilirsiniz.



Korku

Size zarar verebilecek bir durumla ya da kişiyle karşılaştığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin size hızla yaklaşan bir araba gördüğünüzde ya da çok yüksek bir ses duyduğunuzda korku duygusu hissedebilirsiniz.



Kaygı

Kendinizin ya da bir başkasının gelecekte karşılaşılabileceği durumlarla ilgili kötü şeyler düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin birini pek çok kez aramanıza karşın telefonunu açmadığında ya da bir derse geç kaldığınızda kaygılı hissedebilirsiniz.



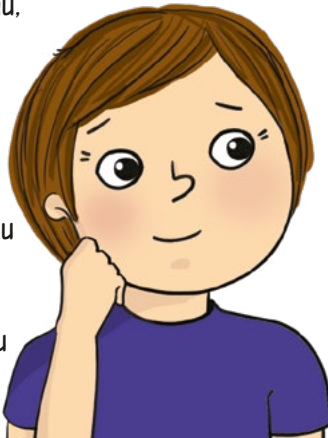
Çaresizlik

İsteddiğiniz bir şeye ulaşmak için her yolu denemenize karşın başaramayacağınızı düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin okula giderken aniden başlayan şiddetli bir yağmurda sığınacak yer bulamadığınızda çaresiz hissedebilirsiniz.



Empati

Birinin duygularını ya da içinde bulunduğu durumu, onun yerine kendinizi koyup o an hissettiklerini anladığınız duygudur. Örneğin, doğum günü kutlandığında çok mutlu olan bir arkadaşınız için empati duygusu hissederek siz de mutlu olabilirsiniz.



Hayranlık

Birinin sahip olduğu özelliklerden dolayı onu takdir etmek ve ödüllendirmek istediğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin beğendiğiniz bir şarkıcıyı konserde alkışladığınızda hayranlık duygusu hissedebilirsiniz.



Arzulama

Bir şeyden zevk almak için ona sahip olmak istediğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin vitrinde gördüğünüz ve çok hoşunuza giden oyuncak almak ya da burnunuza en sevdiğiniz kurabiye'nin kokusu gelip onu hemen yemek istediğinizde arzulama duygusu hissedebilirsiniz.



Sevinç

Olumlu bir durumla karşılaştığınızda ortaya çıkan güzel ve coşkulu bir duygudur. Mutluluk duygusunun anlık hâlidir. Örneğin çok sıcak bir günde serinlemenize yardımcı olacak buz gibi bir limonata içtiğinizde sevinçli hissedebilirsiniz.



Merhamet

Birinin iyiliği için onu korumak, ona yardımcı olmak amacıyla ve sevgiyle yaklaştığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin kardeşinizin uyurken üşümemesi için üstünü örttüğünüzde merhamet duygusu hissedebilirsiniz.



Gurur

Bir konuda başarılı, becerikli olduğunuzda ve bunun övülmeye değer bir durum olduğunu düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin odanızı sürekli temiz ve düzenli tuttuğunuzda ya da kendiniz için para biriktirip istediğiniz bisikleti aldığınızda gururlu hissedebilirsiniz.



Cesaret

Tehlikeli, risk almanızı ya da zorluklara karşı koymanızı gerektiren bir durumda kendinize güvenerek müdahale ettiğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin ağaçtan inemeyen bir kediye kurtarmak için ağaca tırmandığınızda cesaret duygusu hissedebilirsiniz.



Huzur

Fiziksel ve zihinsel olarak gerginlikten, endişeden uzak olduğunuzda, yaşamınızın hep daha iyiye gideceğini düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin karda oynadıktan sonra sıcak bir duş alıp rahatladığınızda huzurlu hissedebilirsiniz.



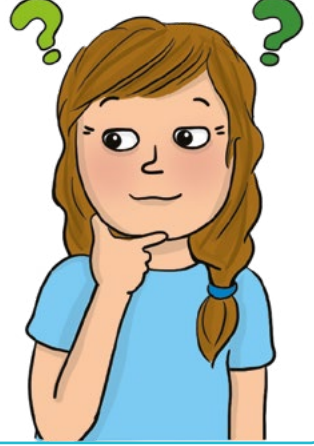
Memnuniyet

Beklediğiniz ve olmasını istediğiniz bir olay gerçekleştiğinde ya da sizi rahatsız edecek durumlar ortadan kalktığında hissettiğiniz duygudur. Örneğin yaptığınız bir yemeğin çok lezzetli olduğunu fark ettiğinizde memnuniyet duygusu hissedebilirsiniz.



Merak

Bir şeyi araştırmak ve öğrenmek için onunla ilgili bilgi edinmek istediğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin bir aygıtın nasıl çalıştığını görmek için vidalarını açıp içini incelemek istediğinizde merak duygusu hissedebilirsiniz.



Mutluluk

Hayatınız birçok alanda olumlu yönde devam ettiğinde ve yaptığınız birçok aktiviteden keyif aldığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin gittiğiniz okulu çok seviyorsanız ya da ailenizle evde keyifli vakit geçiriyorsanız mutlu hissedebilirsiniz.



Umut

İyi ve olmasını istediğiniz bir şeyin gerçekleşeceğine inandığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin başvurduğunuz bir okula kabul edilmeyi ya da bir tohum ektiğinizde büyümesini beklerken umut duygusu hissedebilirsiniz.



Şaşırma

Hiç beklemediğiniz bir durumla karşılaşır ne yapmanız gerektiğini ya da nasıl davranacağınızı bilemediğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin uzun zamandır görmediğiniz bir arkadaşınızla karşılaştığınızda şaşırmış hissedebilirsiniz.



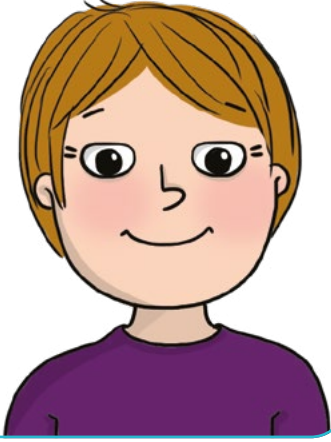
Heyecan

Bir şeyi yapmak için heveslendiren, sizi harekete geçiren ve enerjik hissetmenizi sağlayan duygudur. Örneğin yıl sonu gösteriniz için şarkı söylemeye hazırlanırken heyecanlı hissedebilirsiniz.



Güven

Bir kişiye ya da duruma karşı korku ve şüphe duymadan koşulsuz inandığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin bir sırrınızı arkadaşınızla paylaşırken bunu kimseye söylemeyeceğini bildiğinizde güven duygusu hissedebilirsiniz.



Sevgi

Bir canlıya ya da nesneye karşı zamanla yakınlık duyarak değer ve önem verdiğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin evcil hayvanınıza sarıldığınızda ya da bir arkadaşınıza güzel sözler söylediğinizde sevgi duygusu hissedebilirsiniz.



Can sıkıntısı

Hiç ilginizi çekmeyen sıkıcı bir etkinlik yaptığınızda hissettiğiniz duygudur. Örneğin bütün gün evde televizyon izlerseniz ya da sürekli aynı şarkıyı dinlerseniz can sıkıntısı hissedebilirsiniz.



Pişmanlık

Eğer farklı davranmış olsaydınız istediğiniz şeye sahip olabileceğinizi düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin derste aklınıza bir şey sormak geldiğinde sormayıp sınavda bu soruyla karşılaştığınızda pişmanlık duygusu hissedebilirsiniz.



Kuşku

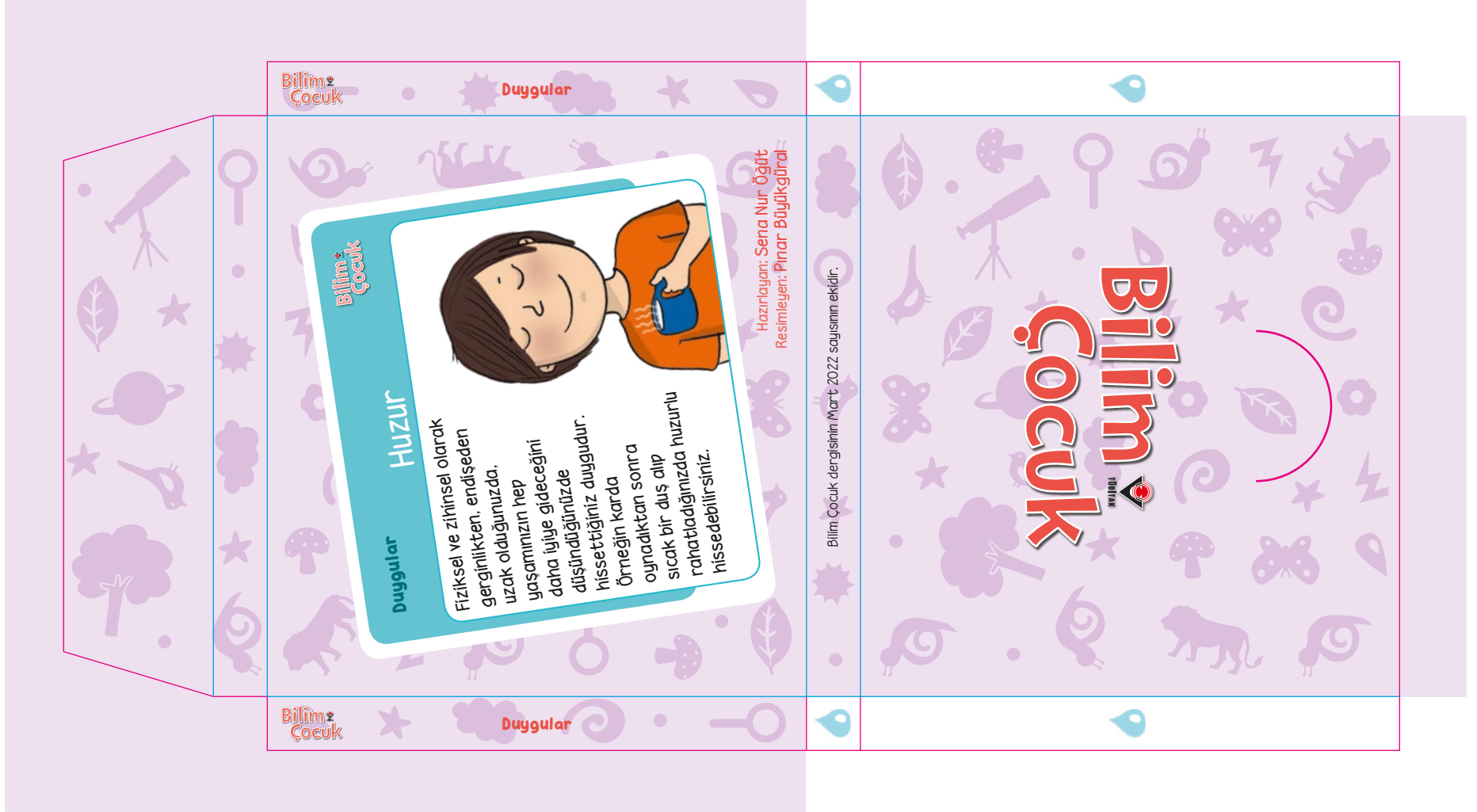
Birinin çevresindekilere karşı dürüst ve iyi niyetli olmadığını düşündüğünüzde hissettiğiniz duygudur. Örneğin birinin size yalan söylediğini anladığınızda ya da arkadaşınıza verdiğiniz bir sırrı başka bir arkadaşınızdan duyduğunuzda kuşkulu hissedebilirsiniz.



İsteksiz

Yapmak istemediğiniz bir şeyi yapmanız gerektiğini bildiğinizde hissettiğiniz duygudur. Örneğin bulaşıkları yıkamak zorunda olduğunuzu ya da ertesi gün kursa gitmek gerektiğini hatırladığınızda isteksiz hissedebilirsiniz.





Bilim Çocuk Kartları Kutusu

Kutunuzu yapmak için öncelikle kutuyu oluşturacak parçayı kartondan ayırın. Ardından tüm kat yerlerinden arkaya katlayın. Üzerinde damla işareti bulunan dört kulakçıya yapıştırıcı sürün. Kulakçıkları karşılıklıya denk gelen alanların arka yüzüne yapıştırın. İşte kutunuz hazır. Artık Bilim Çocuk kartlarınızı bu kutuya koyabilirsiniz.