**AB-LS1-Übersicht-Emotionen**

**Emotionen**

analysieren

Charakteristika:

Dauer: lang/kurz

Intensität: stark/schwach

Richtung: angenehm/unangenehm

wahrnehmen

akzeptieren

regulieren

zielgerichtet

**handeln**

**Emotionsregulation**

erleben und den Ausdruck von Emotionen in ihrer Qualität, Intensität und Dauer beeinflussen

auslösende Situation

Denkprozesse

z. B. vergleichen, interpretieren, entscheiden

Gefühle

z. B. Freude, Trauer

körperliche Reaktionen

z. B. lachen, weinen

Grundemotionen:

Freude

Überraschung

Angst

Wut

Ekel

Trauer

**AB-LS1-Übersicht-Emotionen**

**Emotionen**