

Exploring Identity

ENGLISH AND HUNGARIAN VERSIONS INCLUDED
HEINCZ NÓRA - ÉLETKÉPES ANGOL

Miért érezzük magunkat másnak, amikor találkozunk valakivel?

Magyarul és angolul, szójegyzettel és beszédgyakorlattal!

✨ Magyar szöveg

Miért érezzük magunkat másnak, amikor találkozunk valakivel?

Ez a kérdés egyszerre izgalmas pszichológiai és spirituális téma – és egy remek lehetőség arra is, hogy **angolul gondolkodj róla, így fejleszd a nyelvtudásod.**

Előfordult már veled, hogy valaki mellett hirtelen másnak érezted magad? Mintha beléptél volna a másik világába? A pszichológia szerint ennek oka, hogy agyunk tükrözi a másik ember érzéseit és mozdulatait. A spiritualitás pedig azt mondja: valójában soha nem vagyunk teljesen különállóak, hanem mélyen össze vagyunk kapcsolódva.

Ez az érzékenység lehet kihívás, de ajándék is. Ha túl erősen hat rád a másik energiája, segíthet, ha mély levegőt veszel, érzed a lábad a földön, vagy elképzelsz egy védő fényt. Ugyanakkor ez a tulajdonság segít abban is, hogy jobban érts másokat és erősebb kapcsolatokat építs.

✨ English text (B2 level)

Why Do We Feel Different When We Meet Someone?

This question is both interesting and useful – and it's also a great way to **practise your English** while thinking about psychology and spirituality.

Have you ever sat next to someone and suddenly felt a little different? As if you stepped into the other person's world? Psychology says this happens because our brains mirror other people's moods and movements. Spirituality says it shows that we are never truly separate, but deeply connected.

This sensitivity can be a challenge, but it is also a gift. If another person's energy feels too strong, try taking a deep breath, feeling your feet on the ground, or imagining a soft protective light around you. At the same time, this ability helps us understand others better and build stronger relationships.

English–Hungarian wordlist

- to feel different – másnak érezni magát
- to step into someone's world – belépni valaki világába
- to mirror – tükrözni, visszatükrözni
- mood – hangulat
- identity – identitás, énkép
- flexible – rugalmas
- separate – különálló
- connection – kapcsolat, összekapcsolódás
- border – határ
- grounding – földelés, visszakapcsolódás önmagunkhoz
- gentle light – lágy fény
- empathy – empátia
- to build relationships – kapcsolatokat építeni

Talking practice questions (B2 and B1 levels)

B2 szint

1. Do you sometimes feel different when you are with new people?
2. How does your personality change when you are with family, friends, or colleagues?
3. Do you agree that people are never completely separate? Why/why not?
4. What grounding techniques could help you after an intense meeting?
5. Do you see this sensitivity more as a challenge or as a gift?

B1 szint

1. Do you feel different with friends and family?
2. What do you do when someone is sad?
3. Do you think people are connected?
4. How can you stay yourself when you are with others?
5. Is it good or bad to copy other people's mood?

Discussion prompts - Beszélgetésindító kérdések

Is it always good to feel what other people feel, or should we sometimes protect ourselves?

Do strong relationships make us stronger, or do they make us lose our identity?

Do you believe that people are never really separate, or is this only an idea?

2-minute speaking prompts - 2 perces beszéd témák

Describe a time when you felt different after meeting someone. What happened, and how did you feel?

Explain if you think your personality changes in different situations. Give examples.

Talk about a time when you felt very connected to someone, even without words.

Explain how you ground yourself when another person's emotions are too strong.

Do you see your sensitivity to others as a gift? Why or why not?

Next Steps - Következő lépések

Now that you've explored why we feel different around others, continue practicing! Try these activities - Próbáld ki ezeket a tippeket:

- **Review the Wordlist:** Memorize key vocabulary for future conversations.
- **Answer the Discussion Prompts:** Write out your answers to improve your English writing skills.
- **Record Yourself:** Practice the 2-minute speaking prompts and analyze your pronunciation.

☞ Szeretnél te is magabiztosabban beszélni angolul? Foglalj ingyenes konzultációt itt:
<https://calendar.app.google/5ew5oosZeS9vASrT8>