

DUYGUSAL İNİŞ ÇIKIŞLAR

Duyguları vücudunun heresinde hissedersin?

Bugün hangi duyguları hissettin?

SEVGI

Güven
Hassas
Hoşlanma
Minnettarlık

Bağlılık

Güç

Şehvet

KORKU

Kaygı

Endişe

Uyuşukluk

Suçluluk

Utanç Şekince

Kıskançlık

Öfke

Tüm duyguları hissedebilir miyim?

Duyguların seni nasıl etkiliyor?

Duygular ne tip düşüncelere yol açar?

ŞAŞKINLIK

Enerji

Memnuniyet

Heyecan

Rahatlama

Hayret

Rahatsızlık

Utanç

Küçük Düşme

Sinir Bozukluğu

Bıkkın

Yalnız

ÜZÜNTÜ

Kayıtsızlık

Melankoli

Hayal kırıklığı

KEYİF

Mutluluk

Gevşeme

Tutku

Rahatlama

Zevk

Şu anda nasıl hissediyorum?

Niye böyle hissediyorum?