

# ЕМОЦІЙНІ АМЕРИКАНСЬКІ ГІРКИ

## КОХАННЯ

Довіра  
Ніжність

Відданість  
Сила  
Закоханість

Що ви відчули сьогодні?

## СТРАХ

Сором'язливість

Хвилювання

Занепокоєння  
Прострація  
Збентеження  
Провинність

## ЗДИВУВАННЯ

Де це відчувається?

Наполегливість  
Захоплення  
Напруженість

## РАДІСТЬ

Щасливість  
Розслаблення

Завзяття  
Покращення  
Задоволення

## ГНІВ

Чи можу я відчути всі відчуття?

Заздрість  
Лютість

Роздратування

Сором  
Приниження

Фрустрація

Що я відчуваю зараз?

Одноманітність

Відсторонення

Які думки у вас викликають емоції?

Пригнічення

## СУМ

Млявість

Розчарування

Чому я відчуваю себе так?

На що впливають емоції?