

**Вправа 1 - ДОДАТОК 2****ПИТАННЯ ДЛЯ РОЗДУМІВ**

Кожен думає над питаннями для роздумів, пов'язаними з кожною емоцією:

**Щастя**

- Для мене бути щасливим(-ою) означає ...
- Коли я щасливий(-а), я поводжуся ...
- Наведіть приклад того, що робить вас щасливими.

**Злість**

- Для мене бути злим(-ою) означає ...
- Коли я злюся, я висловлюю це через ...
- Наведіть приклад того, що вас злить.

**Сум**

- Для мене бути сумним(-ою) означає ...
- Коли мені сумно, я показую це ...
- Наведіть приклад того, що вас засмучує.

**Страх**

- Для мене боятися означає...
- Коли я боюся, я поводжуся / роблю ...
- Наведіть приклад того, чого ви боїтеся.

**Здивування**

- Для мене бути здивованим(-ою) означає ...
- Коли я здивований(-а), це видно, тому що я ...
- Наведіть приклад, коли ви були здивовані.

**Огида**

- Для мене відчувати огиду означає ...
- Коли я відчуваю огиду, я поводжуся ...
- Наведіть приклад, коли ви відчували огиду.