

Дата:

Име:

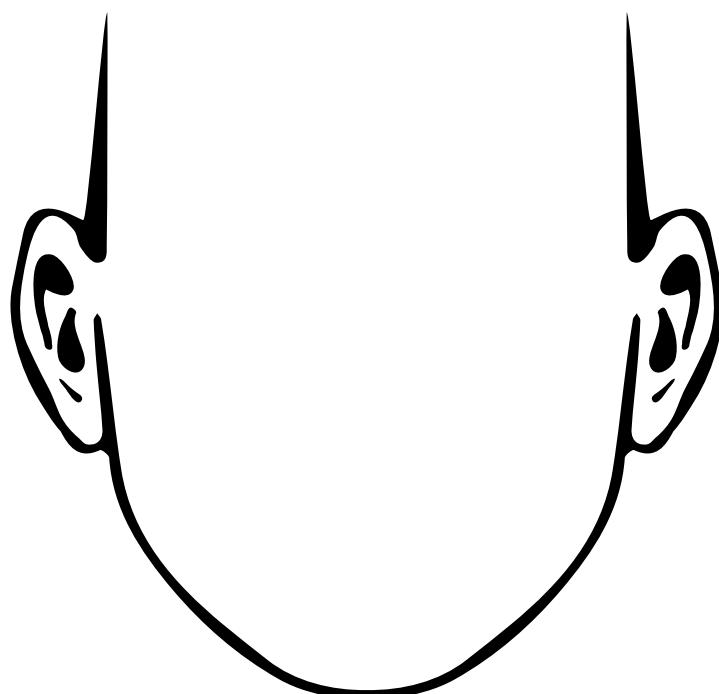
Час:

Възраст:

# КАК СЕ ЧУВСТВАШ ДНЕС?

EQ ДНЕВНИК

[www.funtazia.bg](http://www.funtazia.bg)



Нарисува как се  
чувствуваши - как  
изглежда лицето ти,  
когато се чувствуваши по  
този начин?

В коя зона от  
Барометъра на  
емоциите се намираш:  
жълта, зелена, червена  
или синя?

ПРИЧИНАТА ДА СЕ ПОЧУВСТВАМ ТАКА Е...

раздущане

ИЗРАЗИХ ЧУВСТВАТА СИ ПО СЛЕДНИЯ НАЧИН:

напрегнат

ТЕЗИ ЧУВСТВА ОТМИНАХА, КОГАТО...

раздущане

ТЕЗИ ЧУВСТВА СТАНАХА ПО-СИЛНИ, КОГАТО...

напрегнат