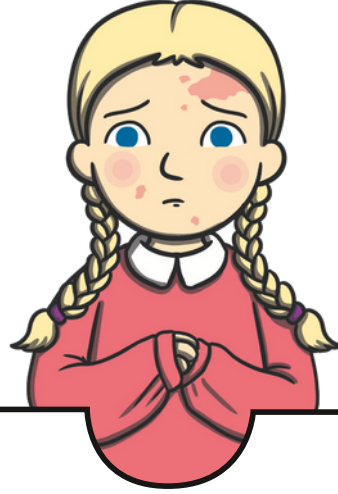




SİNİRLİ

**Kızgın, öfkeli,
çileden çıkmış,
hissediyorum,
sinirli ve oldukça
kızgınım**

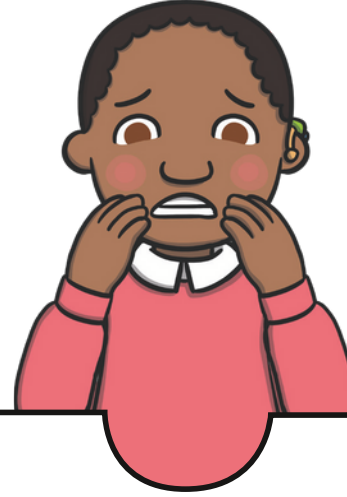
p. Dr.



ENDİŞELİ

**Endişeli, rahatsız,
sıkıntılı ve gergin
hissediyorum.**

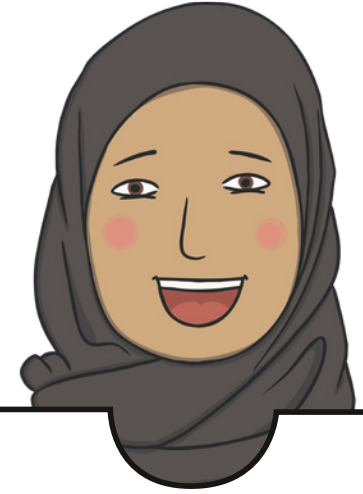
p. Dr.



STRESLİ

**Gergin, aşırı
yüklenmiş,
tükenmiş
hissediyorum.**

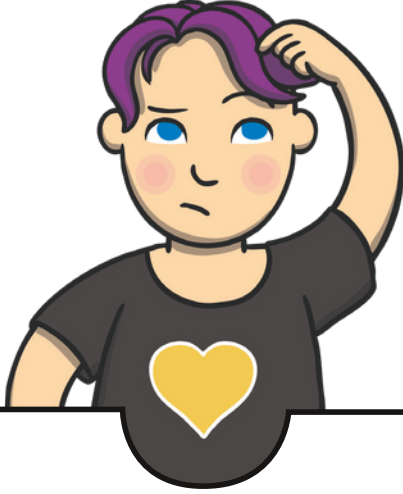
p. Dr.



ŞAŞIRMİŞ

**Şok olmuş, şaşkın,
irkilmiş,
sersemlemiş
hissediyorum.**

p. Dr.



**KAFASI
KARIŞIK**

**Kafam karışmış
ve şaşkın
hissediyorum.**

p. Dr.



SAKİN

**Uyumlu, rahat,
dingin ve huzurlu
hissediyorum.**

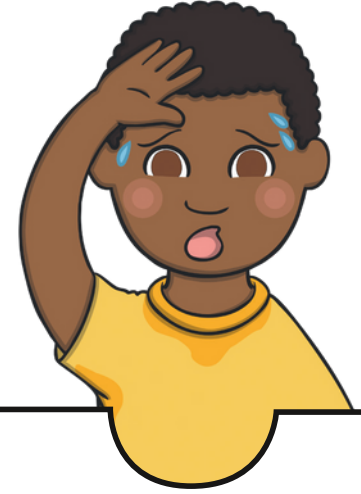
p. Dr.



HEYECANLI

**Mutlu, coşkulu,
heyecanlı,
hevesli, tutkulu
hissediyorum.**

p. Dr.



SICAKLAMIS

**Sıcak, kaynamış,
kavurucu ve
hararetli
hissediyorum.**

p. Dr.



UTANMIŞ

**Utanmış ve telaşlı
hissediyorum.**

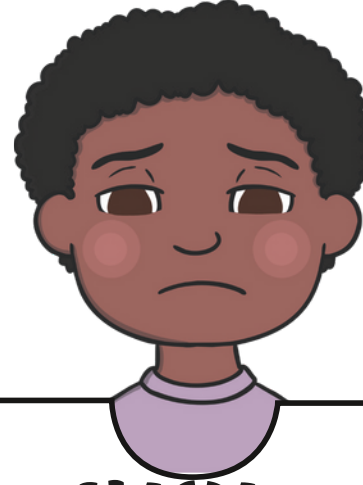
p. Dr.



YORULMUŞ

**Bitkin, yorgun
ve uykulu
hissediyorum.**

p. Dr.



**HAYAL
KIRIKLIĞINA
UĞRAMIŞ**

**Kendimi kötü,
cesaretsiz ve
tatminsiz
hissediyorum.**

p. Dr.



HASTA

**Kendimi hasta,
hastalıklı,
rahatsız ve kötü
hissediyorum.**

p. Dr.



MUTSUZ

**Kendimi kasvetli,
depresif, kederli,
mutsuz, sefil,
melankolik ve
üzgün
hissediyorum.**

p. Dr.



ÜŞÜMÜŞ

**Üşümüş, canlı,
serin, buz gibi
hissediyorum.**

p. Dr.



MUTLU

**Kendimi neşeli,
coşkulu, kendinden
geçmiş, heyecanlı,
memnun, keyifli ve
neşeli
hissediyorum.**

p. Dr.



KORKMUŞ

**Kendimi korkmuş,
taşlaşmış, dehşete
düşmüş, irkilmiş,
endişeli ve korkulu
hissediyorum.**

p. Dr.



KENDİNDEN EMİN

**Cesur, kendinden
emin, iddialı ve
güvenli
hissediyorum.**

