

Kā Tu šodien jūties?



EMOCIJAS

DUSMAS

Sāpināts
Naidīgs
Agresīvs
Nicinošs
Nokaitināts
Saīdzis
Noraizējies
Kritisks

BAILES

Apjucis
Nobijies
Nedrošs
Trauksmē
Atraidīts
Apkaunots
Stresā
Norūpējies

SKUMJAS

Bēdīgs
Nelaimīgs
Vientuļš
Garlaikots
Pārguris
Kautrīgs
Vīlies
Drūms

PRIEKŠ

Apņēmīgs
Jautrs
Energisks
Mierīgs
Pateicīgs
Drošs
Pacilāts
Lepns

Tu neesi viens! Ja kāds notikums Tev apbēdina vai sadusmo, vērsies pie skolotāja, vecāka vai citas uzticības personas.