

Ce ascunde furia

Furia poate fi asemănată cu un iceberg. Când ne enervăm, oamenii din jur văd doar furia de la suprafață. În interior, însă, nervii noștri ascund alte emoții.

Tu ce emoții ai simțit ultima dată când te-ai înfuriat? Alegele dintre cele de mai jos sau scrie altele noi în spațiile libere.

Furie

„M-am enervat!” poate însemna:

„Mă simt”...

atacat

revoltat
de o nedreptate

copleșit

respins
de cei din jur

Neputincios

vinovat

neapreciat

rușinat

Constrâns

obosit

ofensat

lipsit
de valoare

Neimportant

invidios

singur

descurajat

îngrijorat

Rănit

păcălit

lipsit de sprijin

speriat gelos

neînțeleș

dezamăgit