

Sentimentele provin adesea din...



- ceva ce facem sau la care ne gândim,
- ceva ce se întâmplă în preajma noastră sau care ni s-a întâmplat,
- sau de la alți oameni.



Dar câteodată chiar nu știm de unde vin sentimentele noastre.



Tu știi de unde a izvorât sentimentul de azi?

Ce te face fericit(ă)?

Ce culoare crezi că se potrivește pentru fericire?

Unde se simte fericirea în corpul tău?

Cât de mare crezi că e fericirea?

Cum crezi că se simte fericirea la atingere?



Pare distractiv
să fii fericit.



Ai fost minunat pentru
că ai vorbit azi despre
sentimentele tale.



Oferă-ți o îmbrățișare
strânsă. Ești incredibil!



Te simți mândru?
Și eu sunt mândru de tine!



Dimineața ai putea să simți **fericire**,
fiindcă poți să te joci afară.



6

Dar după-amiaza ai putea simți **tristețe**,
pentru că nu poți să ieși la joacă.



Un sentiment poate dura multă vreme sau puțin timp.
Sentimentele noastre se schimbă mereu.

7