JAK SE MŮŽEME CÍTIT?

- ◯ POZITIVNĚ
- ◯ ŠŤASTNĚ
- ◯ NADĚJEPLNĚ
- ◯ ODHODLANĚ
- ◯ HRDĚ
- ◯ OPTIMISTICKY
- ◯ BEZPEČNĚ
- ◯ VZRUŠENĚ
- ◯ PLNI DŮVĚRY
- ◯ MILOVANĚ
- ◯ SPOKOJENĚ
- ◯ INSPIROVANĚ
- ◯ MOTIVOVANĚ
- ◯ VDĚČNĚ
- ◯ KLIDNĚ
- ◯ SILNĚ
- ◯ SEBEJISTĚ
- ◯ PLNI ÚLEVY
- ◯ PLNI ENERGIE
- ◯ PLNI ZÁJMU
- ◯ SVOBODNĚ
- ◯ VOLNĚ
- ◯ NADŠENĚ
- ◯ POBAVENĚ
- ◯ VESELE
- ◯ ZVĚDAVĚ
- ◯ STABILNĚ
- ◯ MÁME VĚCI V RUKOU
- ◯ MÁME HODNOTU
- ◯ LÁSKYPLNĚ
- ◯ HRAVĚ
- ◯ KREATIVNĚ
- ◯ PLNI OČEKÁVÁNÍ
- ◯ NEUTRÁLNĚ
- ◯ ZNUDĚNĚ
- ◯ BEZ ENERGIE
- ◯ NEGATIVNĚ NALADĚNI
- ◯ BEZ NÁLADY
- ◯ NETEČNĚ
- ◯ NEKLIDNĚ
- ◯ NEJISTĚ
- ◯ LHOSTEJNĚ
- ◯ PRÁZDNĚ
- ◯ ZAHLCENĚ
- ◯ ZRANITELNĚ
- ◯ KAJÍCNĚ
- ◯ VÁHAVĚ
- ◯ ROZLADĚNĚ
- ◯ SKEPTICKY
- ◯ ODMĚŘENĚ
- ◯ PODEZÍRAVĚ
- ◯ OPATRNĚ
- ◯ POPUDLIVĚ
- ◯ PODRÁŽDĚNĚ
- ◯ ROZPAČITĚ
- ◯ ODCIZENĚ
- ◯ NEDOSTATEČNĚ
- ◯ BEZVÝZNAMNĚ
- ◯ PODŘÍZENĚ
- ◯ MÉNĚCENNĚ
- ◯ PLNI POCHYBNOSTÍ
- ◯ USTARANĚ
- ◯ POPLAŠENĚ
- ◯ USTRAŠENĚ
- ◯ CITLIVĚ
- ◯ VYSTRESOVANĚ
- ◯ NERVÓZNĚ
- ◯ ÚZKOSTNĚ
- ◯ ZMATENĚ
- ◯ UNAVENĚ
- ◯ SKLÍČENĚ
- ◯ ZRANĚNĚ
- ◯ ROZZLOBENĚ
- ◯ ZOUFALE
- ◯ BEZMOCNĚ
- ◯ PODRÁŽDĚNĚ
- ◯ ZKLAMANĚ
- ◯ OPUŠTĚNĚ
- ◯ NAŠTVANĚ
- ◯ FRUSTROVANĚ
- ◯ LÍTOSTIVĚ
- ◯ OSAMĚLE
- ◯ NA DNĚ
- ◯ VYDĚŠENĚ
- ◯ PROVINILE
- ◯ SMUTNĚ
- ◯ PONÍŽENĚ
- ◯ BEZ UZNÁNÍ
- ◯ VYLOUČENĚ
- ◯ ZAHANBENĚ
- ◯ PLNI NECHUTI
- ◯ PLNI ODPORU
- ◯ PLNI HNUSU
- ◯ ZNECHUCENĚ
- ◯ PLNI VZDORU
- ◯ ZUŘIVĚ
- ◯ ŽÁRLIVĚ

ZAMYSLETE SE!

KTERÉ EMOCE PROŽÍVÁTE NEJČASTĚJI?

Výčet různých odstínů lidských emocí by mohl být nekonečný. Pro naše duševní zdraví je důležité vnímat své emoce a učit se rozumět tomu, co může být jejich spouštěčem. Pokud dlouhodobě pociťujeme převážně emoce náročné, negativní, je na místě zpozornět a více pečovat o své emoční zdraví.