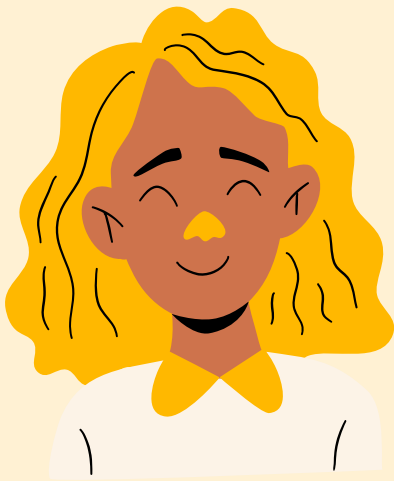


Sentimentos

COMUNICAÇÃO E RELAÇÕES INTERPESSOAIS

Sentimentos quando as necessidades estão atendidas:



Admirado(a)	Motivado(a)
Confiante(a)	Satisfeito(a)
Feliz	Animado(a)
Realizado(a)	Emocionado(a)
Agradecido(a)	Orgulhoso(a)
Confortável	Seguro(a)
Inspirado(a)	Comovido(a)
Revigorado(a)	Esperançoso(a)
Aliviado(a)	Otimista
Curioso(a)	Surpreso(a)

Sentimentos quando as necessidades não estão atendidas:



Aborrecido(a)	Desconfortável
Desanimado(a)	Nervoso(a)
Impotente	Triste
Sem esperança	Confuso(a)
Aflito(a)	Frustrado(a)
Decepcionado(a)	Preocupado(a)
Irritado(a)	Zangado(a)
Solitário(a)	Constrangido(a)
Assoberbado(a)	Impaciente
	Relutante

ROSENBERG, M. Juntos podemos resolver essa briga: paz e poder na resolução de conflitos. São Paulo: Palas Athena, 2020.



PROGRAMA DE MENTORIA E COOPERAÇÃO
EM GESTÃO ESCOLAR: GESTOR MENTOR

