

Formulário:
Como os Pensamentos criam Sentimentos

Claudia Cruz
Psicóloga CRP 06/103587
www.psicologaclaudiacruz.com

Pensamento	Sentimento
Penso que...	Portanto, sinto...

Emoções e sentimentos:

Raiva, alegria, tristeza, medo, solidão, confusão, ansiedade, tranquilidade, decepção, desconfiança, saudades, preocupação, vergonha, esperança, desespero, culpa, tédio, ciúmes, mágoa e etc.