

Quanta coisa temos em comum? Uma *checklist* dos sentimentos...

As regras do jogo: imprimam esta lista e preencham-na separadamente. Em cada coluna, só podem marcar dois sentimentos ou formular dois outros. Depois, troquem as listas e conversem sobre elas.

Quando estou entusiasmado, eu sinto-me...

- ☐ alegre
- ☐ eufórico
- ☐ superfeliz
- ☐ extasiado
- ☐ radiante
- ☐ arrasado
- ☐ sereno
- ☐ calmamente otimista
- ☐ inseguro
- ☐ bloqueado
- ☐ aventureiro
- ☐ autoconfiante
- ☐ confiante na vitória
- ☐ sedento de ação
- ☐ _____
- ☐ _____

Quando eu amo, eu sinto-me...

- ☐ indefeso
- ☐ confuso
- ☐ sem saber o que fazer
- ☐ presente de coração
- ☐ bem desperto
- ☐ comovido
- ☐ luxurioso, sensual
- ☐ aberto
- ☐ conectado
- ☐ alegre
- ☐ caloroso
- ☐ vulnerável
- ☐ desconfiado
- ☐ terno
- ☐ expectante
- ☐ forte
- ☐ *ready to go*
- ☐ _____
- ☐ _____

Quando estou interessado em algo, eu sinto-me...

- ☐ curioso
- ☐ inspirado
- ☐ de mente aberta
- ☐ ávido
- ☐ obcecado
- ☐ motivado
- ☐ inquieto
- ☐ nervoso
- ☐ altamente concentrado
- ☐ incapaz de lidar com outra coisa
- ☐ _____
- ☐ _____

Quando sinto alegria, eu sinto-me...

- ☐ com vontade de dançar
- ☐ tranquilamente absorto
- ☐ alegre, animado
- ☐ barulhento
- ☐ introvertido
- ☐ extrovertido
- ☐ excitado
- ☐ forte
- ☐ entusiasmado
- ☐ exuberante
- ☐ um pouco louco
- ☐ inquieto
- ☐ seduzível
- ☐ brincalhão
- ☐ de bom humor
- ☐ _____
- ☐ _____

Quando sinto gratidão, eu sinto-me...

- ☐ comovido
- ☐ motivado
- ☐ pequeno e estúpido
- ☐ atraído
- ☐ fortalecido
- ☐ cheio de percepções
- ☐ elevado
- ☐ disposto a rezar
- ☐ dependente e indefeso
- ☐ _____
- ☐ _____

