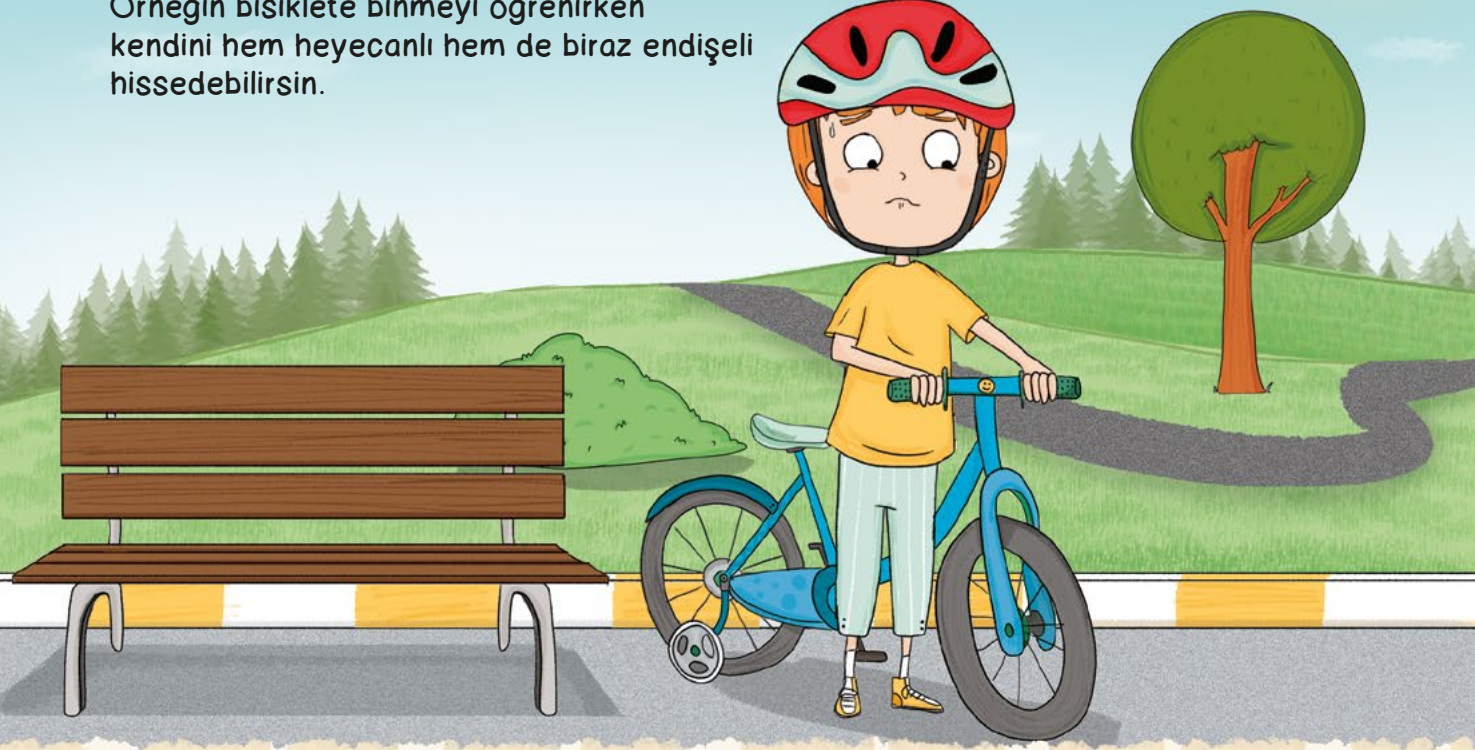


Karışık Duygular

Bazen aynı anda birden çok duygu hissedersin ve bu duygular birbirine karışır. Örneğin bisiklete binmeyi öğrenirken kendini hem heyecanlı hem de biraz endişeli hissedebilirsin.



Birbiriyle zıt duyguları aynı anda hissettiğin bile olabilir. Bu, bazen herkesin başına gelir. Örneğin ailenle birlikte tatil fotoğraflarına bakarken kendini bir yandan mutlu hissederken diğer yandan da denizi özlediğin için hüzünlenebilirsin.



Bazen de vücudunun gereksinimleriyle duyguların birbirine karışır. Örneğin yorulunca, çok uykun gelince ya da acıkınca kendini sinirli hissedebilirsin.



Duyguların aklını karıştırdığında evdeki bir büyüğünle ya da öğretmenle konuşabilirsin.



Biliyor musun, aslında bütün duygular sözlerle ifade edilebilir. Üstelik bir duyguyu sözle ifade etmek, genellikle kendini daha iyi hissetmeni sağlar.