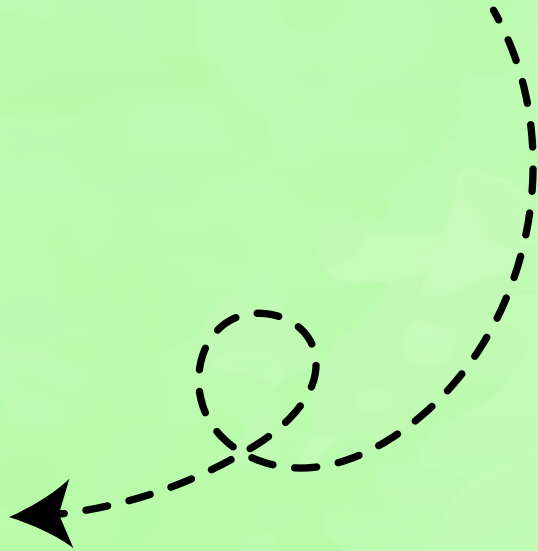


emocJA

schemat pracy

emocJA

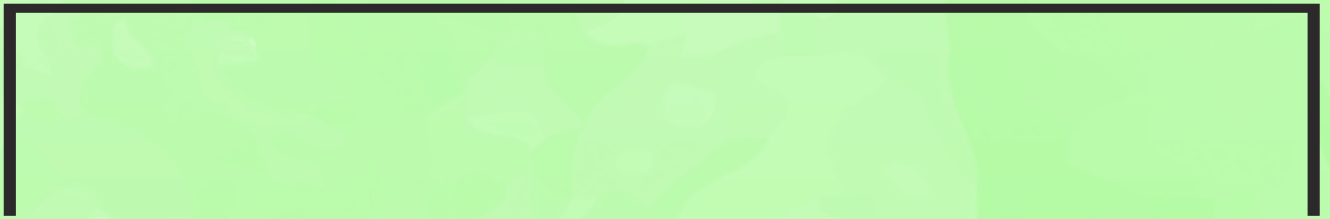


jaka emocja?

[illegible]

emocJA

jak i gdzie w ciele ją odczuwam?



w jakiej sytuacji się pojawiła?



emocJA

czego **emanacją** jest?

jaką mam w niej ukrytą korzyść?

emocJA

jaka ona jest, jaką ma intensywność?

jakimi słowami ją przyjmę?

emocJA

o czym mnie informuje?

co mi pokazuje?

emocJA

jak może mnie **wzbogacić**?

jak chcę ją **uwolnić**?