

Reconhecendo necessidades

Selecione duas afirmações em que a pessoa estiver **assumindo a responsabilidade pelos seus sentimentos, revelando os pensamentos que estão contribuindo para estes sentimentos:**

Selecione 2 alternativas

A

Fico com medo quando você levanta a voz.

B

Fico com raiva quando você diz isso, porque quero respeito e ouço suas palavras como um insulto.

C

Sinto-me frustrada quando você chega atrasado.

D

Estou triste por você não vir jantar, porque eu esperava que pudéssemos passar a noite juntos.

E

Estou desapontado porque você disse que faria aquilo e não fez.