

 08

## 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:**

*Seleccione 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.