

VPRAŠANJA O JEZI

KAKO BI IZGLEDALO, ČE BI LAHKO NADZOROVAL SVOJO JEZO?

KAJ JE NAJHUJŠA STVAR, KI SI JO REKEL ALI NAREDIL, KO SI BIL JEZEN?

KATERI SO TVOJI NAJPOGOSTEJŠI SPROŽILCI JEZE?

KDAJ SI USPEL NADZOROVATI SVOJO JEZO IN JO IZRAZIL NA PRIMEREN NAČIN?

ALI JEZA KDAJ VPLIVA NA TVOJE ODNOSE S PRIJATELJI?

KAJ SE DOGAJA S TVOJIM TELESOM, KO SI JEZEN?

KATERE STVARI ŠE POSLABŠAJO TVOJO JEZO?

KAJ MISLIŠ, KAKO LAHKO V PRIHODNOSTI JEZA VPLIVA NATE?

KAKŠNE SO PONAVIDI POSLEDICE TVOJE JEZE?

KAJ ŠE OBČUTIŠ TAKRAT, KO SI JEZEN?

KDAJ SE NAJBOLJ RAZJEZIŠ?

KATERE MISLI IMAŠ TAKRAT, KO SI JEZEN?

SO VEČINOMA POZITIVNE ALI NEGATIVNE?

KAKO SI SE ŽE USPEŠNO SPOPADAL Z JEZO?

KAJ TI JE NAJBOLJ POMAGALO?

KAJ TI SPLOH NI POMAGALO?

KAJ BI TI ŠE LAHKO POMAGALO?

