

| Описание ситуации, вызывающей реакцию и реакции (эмоция, текст в голове, отношения, действия, ожидания/страхи) | В отношении какой нормы / поведения ваши ожидания не оправдались? | Какая ваша потребность была задета? | Как вы могли бы отреагировать иначе (эмоция, текст в голове, отношения, действия, ожидания/страхи) |
|--|--|---|--|
| | <input type="radio"/> Прямота <input type="radio"/> Аккуратность / порядок <input type="radio"/> Учтивость <input type="radio"/> Чистоплотность <input type="radio"/> Терпение <input type="radio"/> Нежность (физическая) <input type="radio"/> Послушание <input type="radio"/> Бережливость <input type="radio"/> Справедливость <input type="radio"/> Пунктуальность <input type="radio"/> Усердие / деятельность <input type="radio"/> Другое _____ <input type="radio"/> Ответственность <input type="radio"/> Верность | <input type="radio"/> контакт <input type="radio"/> удовольствие <input type="radio"/> любовь <input type="radio"/> забота <input type="radio"/> время <input type="radio"/> доверие <input type="radio"/> смысл <input type="radio"/> идеал | |
| | <input type="radio"/> Прямота <input type="radio"/> Аккуратность / порядок <input type="radio"/> Учтивость <input type="radio"/> Чистоплотность <input type="radio"/> Терпение <input type="radio"/> Нежность (физическая) <input type="radio"/> Послушание <input type="radio"/> Бережливость <input type="radio"/> Справедливость <input type="radio"/> Пунктуальность <input type="radio"/> Усердие / деятельность <input type="radio"/> Другое _____ <input type="radio"/> Ответственность <input type="radio"/> Верность | <input type="radio"/> контакт <input type="radio"/> удовольствие <input type="radio"/> любовь <input type="radio"/> забота <input type="radio"/> время <input type="radio"/> доверие <input type="radio"/> смысл <input type="radio"/> идеал | |
| | <input type="radio"/> Прямота <input type="radio"/> Аккуратность / порядок <input type="radio"/> Учтивость <input type="radio"/> Чистоплотность <input type="radio"/> Терпение <input type="radio"/> Нежность (физическая) <input type="radio"/> Послушание <input type="radio"/> Бережливость <input type="radio"/> Справедливость <input type="radio"/> Пунктуальность <input type="radio"/> Усердие / деятельность <input type="radio"/> Другое _____ <input type="radio"/> Ответственность <input type="radio"/> Верность | <input type="radio"/> контакт <input type="radio"/> удовольствие <input type="radio"/> любовь <input type="radio"/> забота <input type="radio"/> время <input type="radio"/> доверие <input type="radio"/> смысл <input type="radio"/> идеал | |