

HELTEKORT



Mit navn: _____

Udfordring: Jeg ser, at nogen hater eller disliker en anden.

Disse følelser mærker jeg: _____

Eksempler på følelser: vrede – skuffelse – sorg – mindreværd – tristhed
opgivelse – ligegyldighed – enighed – forargelse – medfølelse – afsky – hævn
jalousi – spænding – glæde – begejstring – nervøsitet.

Min plan: _____
