

Er du OK på nettet?

Øvelse 2 – handlekort 1



Mit navn: _____

Udfordring: Jeg har selv lyst til at hate eller dislike andre.

Disse følelser mærker jeg:

Eksempler på følelser: vrede – skuffelse – sorg – ligegyldighed – tristhed – opgivelse – ligegyldighed – afsky – hævn – jalousi – spænding – begejstring.

Min plan:
