

Arbeitsblatt zum Thema „Sucht“

- ① Überleg dir zu mindestens drei der folgenden Stimmungen einen persönlichen Raum der Ruhe und Entspannung:

Wenn ich Wut empfinde, ...

Wenn ich mich missverstanden fühle, ...

Wenn ich unsicher bin, ...

Wenn ich enttäuscht bin,...

... ..

Wenn

Wenn ich Probleme habe, ...

Wenn ich einsam bin, ...

Wenn ich traurig bin, ...