

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, ...