

ARBEITSBLATT – AUFGABE 1 C

Warum soll ich mich mit meinen Gefühlen beschäftigen?

Hier finden Sie unterschiedliche Gründe zum Zeigen und Ausschneiden, um zum Nachdenken anzuregen und eine Diskussion zu starten.

Damit ich mich gut fühle.	Damit ich verstehe, wie mein Körper reagiert.	Damit ich meine Gefühle gelassen erleben kann.
Damit ich mich mit den anderen gut verstehe.	Damit ich auf meine Gedanken achte.	Damit ich die anderen so akzeptiere, wie sie sind, mit ihren Gefühlen.
Damit ich mit meinen Gefühlen umgehen kann, wenn sie zu stark werden.	Um meinen Stress zu mindern.	Damit ich den anderen helfen kann, mit ihren Gefühlen umzugehen.
Damit ich zusammen mit meinen Freunden fröhlich sein kann.	Weil Stress unangenehm ist.	Weil Stress einen unbeholfen macht.
Damit ich mit meinen Freunden besser zusammenleben kann.	Damit ich meine Beziehung zu den Erwachsenen in meinem Leben verbessern kann.	Um meine Erfolgchancen zu erhöhen.
Damit ich besser mit anderen reden und mich mitteilen kann.