

Fallen können

Diese Übung hat mir besonders Spaß gemacht:

Ich habe mir selber Mut gemacht.



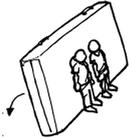
Ich habe mich sicher gefühlt.



Hatte ich manchmal etwas Angst? Falls ja, wo und warum?

Wie konnte ich meine Angst überwinden? Was hat mir dabei geholfen?

Wie leicht fiel es mir, mich bei folgenden Posten zu überwinden?

«Fallposten»	 sehr leicht	 ziemlich leicht	 ziemlich schwer	 sehr schwer
				
				
				

→ Tausche deine Erfahrungen mit einer Partnerin/einem Partner aus.