

Selbstreflexion 3 - Emotionen und Beziehungen

Nehmen Sie sich Zeit, die folgenden Sätze spontan und ehrlich zu vervollständigen. Schreiben Sie Ihre Gedanken in die leeren Felder und reflektieren Sie über Ihre Antworten.

- 1. Liebe ist...**
- 2. Freunde haben ist...**
- 3. Glück ist...**
- 4. Zufriedenheit bedeutet...**
- 5. Gefühle sind...**
- 6. Konflikte bedeuten...**
- 7. Hoffnung ist...**

Schauen Sie sich Ihre Antworten zu den Themen Liebe, Glück und Konflikte an. Wie beeinflussen diese Ihre zwischenmenschlichen Beziehungen? Was könnten Sie ändern, um sich emotional ausgeglichener zu fühlen?

