

Wie verhalte ich mich?



Wenn ich Wut empfinde ...	Wenn ich erschöpft bin ...	Wenn ich Probleme habe ...	Wenn ich mich ausgeschlossen fühle ...
Wenn ich mich missverstanden fühle ...	Wenn ich unsicher bin ...	Wenn ich einsam bin ...	Wenn ich im Stress bin ...
Wenn ich eifersüchtig bin ...	Wenn ich enttäuscht bin ...	Wenn ich neidisch bin ...	Wenn ich traurig bin ...
Wenn ich Angst habe ...	Wenn ich was Aufregendes erleben will ...	Wenn ich Langeweile habe ...	Wenn ich mich schäme ...
Wenn ich ausgelassen bin ...	Wenn ich zufrieden bin ...	Wenn ich gut gelaunt bin ...	Wenn ich von anderen bewundert werde ...
Wenn ich	Wenn ich	Wenn ich	Wenn ich

Aus: SUCHTSPIELE (1996), PLUS Fachstellen für Gesundheitsförderung und Suchtprävention im Kanton Bern, S. 43