



Reflexion – Das Zuckerturmspiel

Situation
Das habe ich gehört / gesehen:

Meine Gedanken
Diese Interpretationen,
Bewertungen, Verhaltensregeln
gehen mir durch den Kopf:

Meine Gefühle
Ich fühle mich:

Meine Bedürfnisse
Das würde ich gerne ändern, verbessern, rückgängig machen, äußern:

Für die Praxis

Verhalten So könnte ich mich zukünftig in einer ähnlichen Situation verhalten:	Bitte(n) Das würde ich mir von anderen in so einer Situation wünschen:
---	---