

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?

