

Česa se bojim?

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## ŽIVLJENJE JE...

Vaja IV/2

Oceni naslednje trditve. Ocene so od 1 do 5. Oceno zapiši v kvadratak. 1 je najnižja, 5 pa najvišja.

Življenje je trpljenje.

Naš svet je solzna dolina.

Življenje je boj.

Življenje je enostavno.

Življenje je komplicirano.

Življenje je naporno.

Življenje je lepo.

Življenje je odgovorno.

Življenje je uživanje.

Življenje je zabava.

Življenje je delo.

Življenje ima neke meje.

Spremeni primere slabe komunikacije v dobro:

1. Čas je, da se nehaš delati neumno/ega.

---

---

2. S tabo se pa res ni mogoče pogovoriti!

---

---

3. Zakaj nisi tak/a kot jaz!

---

---

4. Vedel/a sem, da iz tebe ne bo nič!

---

---

5. Tolikokrat sem to že rekel/a, pa me nisi poslušal/a!

---

---

6. Oh, saj sem vedel/a!

---

---

## KAKO PRESOJAM SAM/A SEBE?

Vaja IV/4

1. Ali znam biti vesel/a?

---

---

2. Kako pokažem hvaležnost za vse dobro, kar prejmem, kar imam?

---

---

3. Kaj ustvarjam okrog sebe? (*podčrtaj tri možnosti za katere meniš, da prevladujejo*)

Veselje

Zadrega

Tesnoba

Mrakobnost

Strah

Nevoščljivost

Zaupanje

Komunikacija

Velika in resna debata

Drugo: \_\_\_\_\_

---

---

4. Če bi ti resno zbolel/a, bi jaz: \_\_\_\_\_

---

---

5. Če bi jaz resno zbolel, bi ti: \_\_\_\_\_

---

---