

Bildkartei

Wählen Sie ein Bild aus, das Sie spontan am meisten anspricht...

Geben Sie dem Bild einen *Titel*: _____

Meine *Gedanken* beim Betrachten: _____

Meine *Gefühle* beim Betrachten: _____

Meine *inneren Regungen/ Bilder*: _____

Wir werden morgen an dem Blatt weiterarbeiten.

Die notierten Inhalte verbleiben bei Ihnen!

Somatische Marker

Übernehmen Sie den zitierten Satz...

Achten Sie auf Ihre Reaktionen – und notieren Sie diese im direkten Anschluss:

Gedanken:

ggf. Erinnerungen:

Gefühle:

innere Regungen/ Bilder:
