

ØVELSE – BLIV PÅ BÆNKEN

Find tre situationer, hvor du har tendens til at være over bænken/under bænken – eller hvor du gerne vil være bedre til at blive på bænken.

Hvem er involveret? Hvad er situationen? Hvad vil du opnå, hvis du bliver bedre til at sige nej i den konkrete situation?

1. _____

2. _____

3. _____

