

Bewertungskategorien

In Arbeitsblatt 1 „Selbstgespräche“ haben Sie unterschiedliche Kommentare aus der Sicht des inneren Kritikers aufgeschrieben. Ordnen Sie diese Kommentare nun in diese drei Spalten ein.

| Abwertung, Beschuldigung, Beschimpfung | Ermutigung, Relativierung, Trost spendend | Verdrängung, Verleugnung, Vermeidung |
|--|---|--------------------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | | |