

20 Perspektivskema

Navn og dato:

Udfyldt af:

	Situation	Tanke	Følelse/krop	Handling
	Beskriv det øjeblik, det handler om	Hvad var tanken i det øjeblik?	Hvad følte du? Hvad mærkede du i kroppen?	Hvad gjorde du så, eller hvad tænkte du så?
Perspektiv Person 1				
Perspektiv Person 2				