

ÖVNING: KÄNLSOKARTA

Skriv ner eller rita i rutan nedan var i din kropp du upplever följande känslor: glädje, ilska, spänning, skam, ångest, lycka. Du kan också göra uppgiften på ett skilt papper.

ilo
viha
jännitys
häpeä
ahdistus
onnellisuus

