



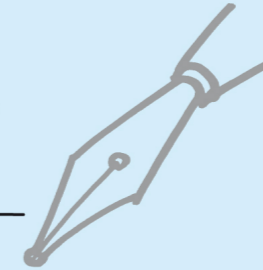
Kennst du auch Situationen, in denen dir irgendetwas nicht gefällt, du dich aber trotzdem nicht traust, das zu sagen? Schreibe unten diese Situationen auf.

---

---

---

---



Meistens sind es Menschen, die uns wichtig sind im Leben, bei denen wir nur schwer Nein sagen können. Aber wenn man ein Nein-Gefühl hat, sollte man es nicht unterdrücken!

Bei wem fällt es dir besonders schwer, Nein zu sagen?

---

---

Bei wem fällt es dir eher leicht, Nein zu sagen?

---

---