

# SAMAISTUMINEN

## PARITEHTÄVÄ



### Pari A

Valitse tilanne, joka oli sinulle jollain tavoin vaikea.

On hyödyllistä valita tilanne, jossa koit tulevaksi loukatuksi tai satutetuksi.

Tilanne voi olla osittain kuvitteellinen, jos sinusta on vaike kuvaila todellista tilannetta.

Mieti myös yksityiskohdat tarkkaan, sillä ne helpottavat vastaamaan kysymyksiin.

Kun olet valmis, parisi kysyy sinulta kysymyksiä, joiden avulla pääsette käsittelemään tilannetta.

### Pari B

Mitä tapahtui?

Miltä sinusta tuntui tilanteen alussa?

Mitä sanoit ensimmäisenä?

Mitä teit ensimmäiseksi?

Miten toinen henkilö reagoi?

Miten tilanne tuli päätökseen?

Miltä sinusta tuntui tilanteen lopussa?

