





11. Mohli bychom společně dosáhnout řešení, které by bylo uspokojivé pro nás oba? Jestliže ano, jaké?

12. Jak jsem se cítil/a? (např. bázlivě, vztekle (na sebe/na druhého), dobře, agresivně, nejistě, neklidně, uvolněně, nedostatečně, přetíženě, bezmocně, mocnější, ublíženě, směle)

13. Jaké byly mé tělesné reakce? (normální nebo např. pocení, bušení srdce, bolest břicha, chvění, sucho v ústech, problémy s dýcháním, koktání, strnulost,...)

14. Co jsem si přitom myslel/a? (např. „Nikdy nedokážu zůstat v klidu“, „Jestli se vyjádřím, budu mít problémy“, „Nevypravím ze sebe ani slovo“, „Nakonec není to tak důležité“)