**INŠTRUKCIE K INVENTÚRE**

 “Urobili sme dôkladnú a nebojácnu morálnu inventúru samých seba”

A) Používajte Modlitbu Tretieho Kroku ráno aj večer. Žiadajte o pomoc s inventúrou a pravdou ráno, večer a pred tým, ako ju začnete písať: (ref. p.64-top¶-l4) “Bože, pomôž mi čeliť a zbaviť sa vecí vo mne, ktoré ma blokujú pred Tebou, inými ľuďmi a sebou samým”

 **Prvý stĺpec:**

Napíšte zoznam. (pg.64-¶3-l7 “Urobili sme zoznam ľudí, inštitúcii a princípov, na ktorých sme boli nahnevaní”). Pomodli si a zapíš každé meno, ktoré ti príde na myseľ a ktoré potrebuje byť na papieri. Nerieš prečo si na nich nahnevaný, o tom budeš písať v ďalšom stĺpec. Nepokračuj s ďalším stĺpcom, kým nemáš hotový celý zoznam. Pocítiš, kedy je tento zoznam kompletný.

 **Druhý stĺpec** :

 Urob ďalší zoznam ako je to v príklade nižšie. Oproti každému menu vymenujeme prečo sa hneváme (ref. p.64-¶3-l9 “Opýtali sme sa samých seba, prečo sme boli nahnevaní”).

Očísluj každé meno a priraď písmeno ku každému hnevu. Buď čo najviac konkrétny a zároveň čo najstručnejší. Je dôležité napísať dosť na to, aby si zistil, prečo si bol nahnevaný. V tomto zozname môžeš zvážiť to, či niektoré hnevy by sa nemali zlúčiť. Taktiež uvažuj nad tým, či je za tým naozaj hnev, označ si ich, aby si sa k nim mohlo vrátiť neskôr.

PRÍKLAD: (ref. p.65 Big Book príklad) Stĺpec 1 P. Kováč

Stĺpec 2 A) Jeho pozornosť voči mojej manželke. B) Povedal mojej manželke o mojej milenke. C) Brown možno dostane môj job v kancelárii.

2) Pani Nováková A) Je to hlupaňa—urazila ma. B) Nechala zavrieť svojho muža do liečebne kvôli pitiu. C) Je to klebetnica.

3) Môj zamestnávateľ A) Nerozumný—Nespravodlivý—Neznesiteľný— Vyhráža sa prepustením za to, že pijem a podvádzam v práci

**TRETÍ STĹPEC INŠTRUKCIE**

1 ) Prečítaj si Modrú Knihu ods. „Hnev je nepriateľom číslo jedna“¶3-l9 až po “...tieto veci sú jedom“.

2 ) Napíšte si Tretí Stĺpec: pozri pomôcku na ďalšej strane.

• Zváž všetkých 7 oblastí a zapíš, do akej miery ťa zasiahli. Kde to bolelo, čo to ohrozovalo alebo kde ti to vadilo. (ref. p.65-¶3-l3 “zvážili sme to dôkladne”). Nepíš žiadne „myslím...” alebo “cítim...” v Treťom Stĺpci. (ref. p.62-¶1 vidíme naše sebecké, sebastredné, falošné motívy v 3. Stĺpci) • V priebehu vyplňovania 3. Stĺpca do zátvorky uveď svoje (strachy) oproti každej vete v treťom stĺpci. Dovoľ Tretiemu Stĺpcu, aby ti odhalil tvoje strachy (ref. p.67-¶3 “všimnite si, že slovo „strach“ je v zátvorke oproti každej ťažkosti

Bill sa tu odvoláva na herca z Kroku Tri, ktorý sa pokúša režírovať svoju vlastnú show. Porozmýšľaj v Treťom Stĺpci, čomu si veril, ako si si predstavoval, že predstavenie malo prebiehať a aké role si určil jednotlivým postavám:

•**Sebavedomie** je moja javisková postava. Ako sa cítim alebo vnímam vo vzťahu k sebe samému. Je to rola, ktorú som určil sám sebe. Začína vetou: „Ja som...“

Strach z toho, že....

•**Hrdosť** je tým, ako ma iní vnímajú alebo majú pocity voči mne, ako by ma mali vnímať ostatní účastníci predstavenia. Začína vetou: „Ostatní by mali..“ alebo: Nikto by nemal...“alebo: „Ostatní môžu...“

•**Ambície** sú tým, čo chcem dosiahnuť v tejto scéne Začína vetou: „Ja chcem..."

Strach z toho, že....

**•Emocionálna stabilita** je tým, čo potrebujem dosiahnuť, aby som sa cítil v pohode. Začína vetou: „Ja potrebujem......aby som bol ok“

Strach z toho, že....

•**Osobné vzťahy** sú hlboko zakorenené presvedčenia o tom, ako tento druh vzťahu by mal vyzerať. (“Manželky dôverujú svojim manželom” “Matky rešpektujú rozhodnutia svojich detí” “Skutoční priatelia so mnou vždy súhlasia”)

Strach z toho, že....

•**Sexuálne vzťahy** sú hlboko zakorenené presvedčenia o tom, ako by sa v danej situácii mal správať skutočný/á muž/žena. Začína vetou: „Skutočný muž/žena...“

Strach z toho, že....

•**Financie** sa týkajú mojich hlboko zakorenených presvedčení vo vzťahu k peniazom. Začína vetou: „Nikto (nemôže, mal/nemal)..." alebo ostatní (môžu, mali by, nemali by)...")

Strach z toho, že....

 *Príklad Stĺpcov 1,2 & 3*

“Bože, prosím pomôž mi uvidieť pravdu”

1. Pán Kováč A
2. Jeho pozornosť voči mojej žene.
3. **Sebavedomie**: - Som najlepší manžel, ktorého moja žena môže mať. Strach z toho, že nie som dosť dobrý

 **Hrdosť:** - Nikto by nemal spochybňovať moju lásku k mojej žene. Strach zo spochybnenia

 **Ambície**: - Chcem, aby ostatní rešpektovali môj vzťah s mojou ženou. Strach

 z nerešpektovania

**Emocionálna stabilita**: -Potrebujem, aby ostatní uznali, kto som, aby som sa cítil v pohode. Strach z nedostatku uznania.

 **Osobné vzťahy**: - Skutoční priatelia sa nesprávajú ku svojim priateľom ako k nedôležitým.

 Strach z nedostatku uznania (nedôležitosti)

**Sexuálne vzťahy**: - Skutočný muž sa dokáže postaviť sám za seba. Strach z konfrontácie. Skutočný muž si vie vynútiť rešpekt od ostatných. Strach z nedostatku rešpektu.

Financie: (Zapíšem, ak sa to nejako dotýka mojich financií.)

**ŠTVRTÝ STĹPEC INŠTRUKCIE**

1. Prečítaj si Modrú Knihu od str.81,ods.“ Vrátili sme sa späť k nášmu zoznamu” až po str.82, ods. “ Čestne sme si priznali chyby a boli sme

ochotní napraviť ich.“

2) Uvedomenie si: Preskoč túto inštrukciu, ak položka v prvom stĺpci nie je osobou. Pred každým štvrtým Stĺpcom, premýšľaj nad otázkou: “Ako som robil veci, na ktoré som sa hneval v druhom stĺpci osôb v prvom stĺpci alebo iným osobám?” (Zvolili sme si tento spôsob: Uvedomili sme si, že ľudia, ktorí nám ublížili, asi boli duchovne chorí.... rovnako ako my”). Po tomto zvážení, odriekaj Modlitbu Štvrtého Kroku. Str. 82 “Toto je chorý človek. Ako mu môžem byť nápomocný? Bože uchovaj ma od hnevu. Nech sa stane tvoja vôľa."

3) Štvrtý Stĺpec písanie: •

Odhliadli sme od krívd, ktoré nám spôsobili iní a rázne sme sa pozreli na vlastné chyby. Kedy sme boli sebeckí? Nečestní? starali sme sa len o seba samých? Alebo sme sa báli? I keď sme situáciu nespôsobili len my sami, účasť iných sme nebrali na vedomie. V čom spočívala naša vina pred tým, počas alebo potom? Čo sme urobili? Pozri sa na veci, ktoré robíš a ktoré ti pomáhajú ľpieť na danom hneve. Pozrie sa na veci, ktoré robíš, aby si ochránil samého seba a to, akým dojmom chceš pôsobiť. Vymedzujem sa, klebetím, kričím. Zostaň sústredený na stĺpec číslo jedna prostredníctvom uvedomenia si počas toho, ako píšeš. Zamysli sa nad otázkami:

**Kde som bol...**

PROSPECHÁRRSKY: pozri sa na celý resentiment, čo som robil ja? Kde je môj podiel viny? V čom spočívala sebeckosť mojich skutkov... ?

SEBECKÝ: v čom spočívalo moje sebecké myslenie, keď som robil horeuvedené skutky? Moje sebecké postoje spočívali v... ?

NEČESTNÝ: aké klamstvá som si hovoril a ktoré boli výsledkom môjho sebeckého myslenia uvedeného hore? V čom spočívala moja dezilúzia ?

USTRAŠENÝ: Aké druhy strachov vyvolali túto dezilúziu? Bál som sa... ? ~Strachy sú tým, čo živí dezilúzie, ktoré sú výsledkom postojov, vedúcim ku skutkom. (Hnaní rozličnými formami strachu, sebaklamom, sebectvom, sebaľútosťou šliapeme druhým na kurie oká a tí sa potom odplácajú.])

4) Zranenia: Vidím zranenie, ktoré som spôsobil napr. rodičom, priateľom, zamestnávateľom?

**STRACH INVENTÚRA INŠTRUKCIE**

1) Prečítaj si z Modrej Knihy na str. 82, ods. Všimnite si, že slovo strach sa uvádza v

zátvorke vedľa ťažkostí...“ až po str. 83“ Okamžite začneme prekonávať

strach ”

2) Vypíš všetky strachy: Poskladaj list papieru do štyroch stĺpcov, použi pomôcku nižšie. Vypíš všetky svoje strachy tak, ako si vypisoval hnevy v Inventúre resentimentov. Začni od prvého stĺpca zhora dolu “Napíšeme ich na papier“.

3) Prečo mám tento strach ?: Uvažuj nad strachom, ktorý je pod každým jedným strachom a zapisuj ich do ďalšieho stĺpca (b). (ref. p.68-¶1-L3 “Opýtali sme sa seba samých prečo ich máme.”) Príklad Strach, ležiacich pod povrchom:

• (a) I Strach, že nie som dosť dobrý, ak nie som dosť dobrý, bojím sa, že budem nechcený.

• (b) I Strach, že budem nechcený, ak budem nechcený, bojím sa, že budem sám.

• (c) I Strach z osamelosti, lebo sa bojím emocionálnej bolesti, ktorú spôsobuje osamelosť.

• (d) I Strach z emoc. bolesti, ak v nej vytrvám dosť dlho, znovu sa napijem.

• (e) I Strach z napitia, piť pre mňa znamená umrieť.

• (f) I Strach zo smrti, strach z neznáma, neviem, čo umieranie znamená.

• I Strach z neznámeho, strach z toho, že nie je Boh.

• Ak sa bojím, že Boh nie je, opakovane sa musím spoliehať na vlastnú sebestačnosť, hoci má moja sebestačnosť opakovane zradila. Bojím sa, že ma moja sebestačnosť znovu zradí- budem sám- emoc. bolesť- pitie-umieranie- neznámo-žiadny Boh- moja sebestačnosť zlyháva

• Pokračujte v opakovaní otázky Prečo mám tento strach ? s každým strachom, ktorý máte v zozname 1. stĺpca

**SEX INVENTÚRA INŠTRUKCIE**

 1) Čítajte Modrú Knihu “A teraz o sexe” po“ To odvedie našu pozornosť od nás samých. Utíši

to naliehavú túžbu, ktorej uposlúchnutie by niekomu zlomilo srdce..”

1. Pomodli sa, napíš zoznam všetkých vzťahov, ktoré si mal počas života a na ktoré si spomenieš. Neprestávaj, kým ťa napadajú stále ďalšie a ďalšie mená.

Pozri pomôcku na ďalšej strane

3) A) Zober prvé meno zo zoznamu. b) Napíš stručný priebeh, ktorý bude zahrňovať: • Moje motívy na to, aby som do tohto vzťahu šiel/šla boli...? • Hnacou silou tohto vzťahu bolo/i ....? • Ako by sa dal charakterizovať tento vzťah? • Ako skončil...? alebo aký je teraz?

C) “ Posúdili sme svoje chovanie ”Odpovedajte na 9 otázok s detailným vysvetlením:

1) Kedy sme boli sebeckí?

2) Nečestní?

3) Bezohľadní?

4) Komu sme ublížili? (zoberte do úvahy všetky vzťahy, napr. rodičia, deti, súrodenci)

5) Vzbudili sme žiarlivosť?

6) Podozrenie?

7) Zatrpknutosť?

8) Kedy sme urobili chybu?

9) čo sme mohli urobiť namiesto toho?

 POZNÁMKA: Odpoveďou na otázku č. 9 nikdy nie je “Vôbec som sa nemal zapliesť.”

Vychádzaj z toho, čo si mal urobiť, resp., ako si sa mal v tomto vzťahu chovať. Nevynechaj ani v jednom vzťahu odpoveď na 9. otázku, pomôže ti to neskôr pri spisovaní svojho sexuálneho ideálu.

SEX INVENTÚRA

“ “Bože, prosím pomôž mi uvidieť pravdu o mojom správaní vo vzťahoch”

Meno: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Vzťah:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Napíš stručný priebeh vzťahu: Moje motívy na to, aby som do tohto vzťahu šiel/šla boli..... \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Hnacou silou tohto vzťahu bolo/i... \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Tento vzťah by sa dal charakterizovať ako... \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ako skončil...? alebo aký je teraz? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 1) ) Kedy sme boli sebeckí? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2) Nečestní?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 3) Bezohľadní?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 4) Komu sme ublížili? (zoberte do úvahy všetky vzťahy, napr. rodičia, deti, súrodenci)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 5) Vzbudili sme žiarlivosť?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 6) Podozrenie?

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 7) Zatrpknutosť?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 8) Kedy sme urobili chybu?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 9) čo sme mohli urobiť namiesto toho?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Ublíženie: Napíšte každé ublíženie, ktoré ste spôsobili, ktoré vás napadne počas písania