



*Refleksjonsspørsmål til Følelser*

*Sang: "Det ordne seg"*

*Lytt til sangen, gjerne med teksten foran deg. Se gjerne filmklippet med Atlars hvor han stiller refleksjonsspørsmål til sangen. Noter noen stikkord til hvert av spørsmålene under.*

- 1. Kan man påvirke hvordan man føler seg med ved å endre ansiktsuttrykk og kroppsspråk?*

---

---

- 2. Har du hatt en opplevelse som virket mye verre når det skjedde enn det viste seg å være? Hva var det som gjorde at det ikke var så galt? Kan du huske en gang du opplevde en situasjon verre enn det den viste seg å være? Hva var det som gjorde at du reagerte så sterkt?*

---

---

---

---

- 3. Tenk på tre personer, enten bekjente, familiemedlem eller venner som er veldig flinke i det de driver med. Kommer du på noe de har til felles?*

---

---