

NÅR EG KJENNER MEG SLIK:	GJER EG DETTE PÅ NETT:	ETTERPÅ KJENNER EG MEG SLIK:	KVA KAN EG EVENTUELT GJERE UTAN NETT/SKJERM SOM GJER MEG GODT?
TRØYTT OG SLITEN			
SOSIAL			
FRUSTRERT, SINT ELLER SUR			
OPPLAGT OG KLAR			
TRIST, LEI MEG			
HAR DÅRLEGE TANKAR OM MEG SJØLV			
HAR GODE TANKAR OM MEG SJØLV			
ANDRE EKSEMPEL:			