

# TEMA 9

## TRIVSEL

- Hvad vil det sige at være en god ven?
- Griner I sammen til træning eller i klassen?
- Hvad gør dig rigtig glad?
- Er du glad for din hverdag, det meste af tiden?
- Føler du, at du er mere end en sportsudøver?
- Hvilken følelse i kroppen eller tanker får du, når du oplever noget er svært, eller du møder modstand i sporten?  
Kan du få de samme følelser eller tanker, når du møder modstand på andre områder?
- Hvordan tror du din trivsel bliver, hvis der er mindre fokus på resultater og mere på din personlige udvikling i sporten/skolen?
- Hvad kan du snakke med dine holdkammerater/  
klassekammerater/venner om?
- Føler du, at det er lige vigtigt at dele glæder og bekymringer?  
Hvem deler du dem med?