

## Oppgave 15 del 5: Hvor mye har du fått med deg av kurset?

Velg ut en av strategiene i **GODE RÅD** og prøv det ut i løpet av den nærmeste uken, når en annen person i familien virker stresset, eller du føler at en konfliktsituasjon er på trappene.

Hva prøvde du ut?

Hvordan fungerte det?