www.12stepping.dk

Fjerde trins opgørelse: VREDE

Jeg er vred på	Grunden	Hvilken del af selvet var truet eller ramt							Hvad var min andel					
Navnene på de personer, institutioner eller principper jeg er vred på. "Vi så tilbage på vort liv. Intet andet en grundighed og ærlighed gjaldt"	Hvorfor er jeg vred	Selvtillid	Stolthed	Følelsesmæssig sikkerhed	Økonomiske forhold	Ambitioner	Personlige relationer	Seksuelle relationer	Uærlighed	Selvisk (Tanker)	Uærlig	Self seeking- frygtsom	Ubetænksom	"Nøjagtig hvordan forholdt det sig med vore fejl" f.eks løj overfor mor, snød lillebror