

ÖVNING: HUR DAN ÄR JAG SOM BÄST?

1. RÄKNA UPP FEM NUVARANDE ROLLER SOM DU HAR I DITT LIV.

Till exempel syskon, barn, vän, granne, student, medlem i en sportklubb, handrabetsentusiast, musiker, helt vardagliga roller.

2. NÄMN SEDAN FÖR VARJE ROLL DE EGENSKAPER SOM SOM DU HAR NÄR DU ÄR SOM BÄST I ROLLEN .

Som stödfrågor kan du använda till exempel följande:

- Hurdan är du som bäst som vän/student/barn/osv?
- Vilka egenskaper/förmågor/kunskaper har du som vän/student/ barn/osv som du själv uppskattar
- Om uppgiften känns svår kan du fundera på vad dina nära vänner eller familjemedlemmar skulle svara om frågan var till dem.

