



OM MIG

Mina behov:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Det jag hoppas på:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Mina känslor:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

De jag bryr mig om är:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Jag undviker:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Jag är bra på:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Känns bra i kroppen:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Jag blir mest arg när:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

