

Kompisar

Kompisar är viktiga för oss alla.

Fungerar det bra med kompisar mår man ofta bra.

HUR SKA EN BRA KOMPIS VARA? FYLL I EN RUTA FÖR VARJE FRÅGA!

	Jätteviktigt	Viktigt	Inte särskilt viktigt	Oviktigt
Är alltid ärlig	☐	☐	☐	☐
Ställer upp för mig och andra när det behövs	☐	☐	☐	☐
Kan "bjuda" på sig själv	☐	☐	☐	☐
Har respekt för andras åsikter	☐	☐	☐	☐
Kan bevara ett förtroende	☐	☐	☐	☐
Har bra självförtroende	☐	☐	☐	☐
Är intelligent	☐	☐	☐	☐
Är tuff	☐	☐	☐	☐
Kan lyssna	☐	☐	☐	☐
Har gott om pengar	☐	☐	☐	☐
Har humor	☐	☐	☐	☐
Har samma åsikter som jag	☐	☐	☐	☐
Har samma intressen som jag	☐	☐	☐	☐
Har samma stil som jag	☐	☐	☐	☐
Har tid att träffa mig	☐	☐	☐	☐

MOTIVERA DE ALTERNATIV SOM ÄR VIKTIGAST:

..... är viktigt därför att

.....

..... är viktigt därför att

.....

..... är viktigt därför att

Hur är jag själv?

TÄNK TILL! OCH SKRIV GÄRNA NER DINA TANKAR:

Hur är jag själv med kompisar?

.....

.....

.....

Fungerar det bra, eller vill jag ändra på något?

.....

.....

.....



Föräldrar

Man kan ofta ha dubbla känslor för människor man tycker mycket om: känna både kärlek och ilska. Så kan det vara med föräldrar.

Om jag var min förälder...

Vad skulle jag vara glad för när jag tänkte på mitt barn?

.....

Vad skulle jag vara orolig för?

.....

Skulle jag ha regler för mitt barn? Hur skulle de se ut i så fall?

.....

.....

.....

Det här borde min förälder/mina föräldrar först och främst tänka på:

.....

.....

.....

Det här borde jag kunna tänka på själv:

.....

.....

.....