

allt bra i centrum

Preventivt arbete
Tillsammans
PART

FOKUSERA PÅ DET DU ÄR BRA PÅ

Välj ut och skriv ner 5-10 positiva egenskaper som du tycker att du har. Skriv dem vid rätt bokstav.

a

b

c

d

e

f

g

h

i

j

k

l

m

n

o

p

r

s

t

u

v

Det kan vara lite svårt att hitta på bra saker om sig själv. Men ju mer du övar desto bättre blir du på att hitta det positiva.
Gör så gott du kan!