



Övning: Värderingarna inom olika livsområden

Mål

Du får en bild av hurdana värderingar som påverkar dina olika livsområden.

Anvisning

Om du vill kan du jobba vidare på den tidigare övningen och fundera mer detaljerat på dina värderingar inom olika livsområden. Du kan också hitta på delområden själv.

Läs frågorna nedan och fundera på svaren på dem medan du skriver

Vad är viktigt för dig inom olika livsområden?

Fritid

- Hur vill du tillbringa din fritid?
- Vilken typ av aktiviteter gillar du?
- Hur slappnar du av?

Människorelationer

- Hurdana vänskapsförhållanden saknar du?
- Hurdan vän vill du vara?