



Övning 1a: En tidslinje

Varför?

Med hjälp av denna övning kan du observera hur ditt förhållande till miljöfrågor har utvecklats och förändrats under livets lopp. Med hjälp av tidslinjen blir det även lättare att rikta blicken mot framtiden och fundera på i vilken riktning du vill gå.

Hur?

Rita fritt upp en tidslinje på ett separat papper som beskriver hur ditt förhållande till miljön och dina miljö känslor har utvecklats och ändrats. Alternativt kan du också svara på frågorna nedan.

Välj ut en lämplig tidsperiod, såsom från barndomen eller ungdomsåren till detta ögonblick.

Fundera på följande frågor. Anteckna svaren på tidslinjen eller i svarsfälten.

Vilka viktiga skeden eller händelser har du haft i ditt liv?

När blev du intresserad av miljöfrågor? Vad hände då?

Vilka faktorer har stärkt din relation till miljön?



Hurdana miljö känslor har du upplevt i olika skeden av ditt liv?

Hur har dina känslor förändrats? Vad har påverkat dem? Vad har lindrat svåra känslor?

Hur skulle du beskriva din relation till miljön just nu?

Hur kändes det att göra den här övningen? Var det svårt eller lätt? Lärde du dig något nytt om dig själv och dina miljö känslor?