ÖVNING: OMDEFINIERA DINA EGENSKAPER

Vi har alla egenskaper som vi inte giller. Ibland glömmer vi att vi också dessa oönskade egenskaper kan i ett annat ljus.

Till exempel: Avundsjuk -> jag vet vad jag vill ha.

Blyg -> jag är försiktig och eftertänksam.

Pessimistisk -> jag förbereder mig för motgångar.

Okunnig -> jag vet vad jag kan bli bättre på.

SKRIV I FÖLJANDE TABELL NER DINA OÖNSKADE EGENSKAPER.

Skriv i följande tabell ner dina oönskade egenskaper. Gör sedan en liknande omvärdering av dem och kom på det goda som ligger gömt i dina egenskaper. Om uppgiften känns svår kan du be hjälp från någon du känner.

Oönskad egenskap	Egenskapens goda sida