



LÖSNINGSFOKUS

Hur vi tillsammans kan hitta våra bästa
egenskaper/kvaliteter
och bygga lösningar

*Vad är lösningsfokus?

- Ett sätt att tänka för att se lösningar på saker istället för problem.
- När någonting fungerar bra i ditt liv. Gör mer av det.
- Om det inte fungerar, gör på ett annat sätt.

*Övning 1

*Talk the talk (prata pratet)

- Sitt 2 stycken och prata med varandra om vad ni är bra på, eller tycker om att göra.
- Vilka är din kompis goda egenskaper/kvaliteter? Vad är positivt med din kompis?

*Övning 2

- Hur behöver du vara för att bli fri från Socialen?
- Hur ska du göra för att komma närmare ett liv fri från Socialen?
- Vad mer?

*Övning 3 (sista övningen)

- När är du ditt "bästa jag"?
- Hur ska du göra för att vara mer av ditt "bästa jag"

*Bra jobbat!

Ni har många bra egenskaper!

Ni kan mycket mer än ni tror!

