

Nr 19: Uttrycka omtanke

1. Tänk på om du bryr dig mycket om personen.
2. Fundera om personen vill veta vad jag känner.
3. Välj ett bra sätt att uttrycka din omtanke om personen.
4. Välj rätt tid och plats.
5. Uttryck det du känner på ett vänligt sätt.

Uttrycka omtanke

När kan du pröva detta under nästa vecka? _____

Med vem kan du träna detta? _____

Ja **Nej**

Gjorde du något som den andra uppskattade?

Sa du något som den andre uppskattade?

Valde du rätt tid och plats?

Visade du omtanken på ett uppriktigt sätt?

Detta kan jag göra bättre:

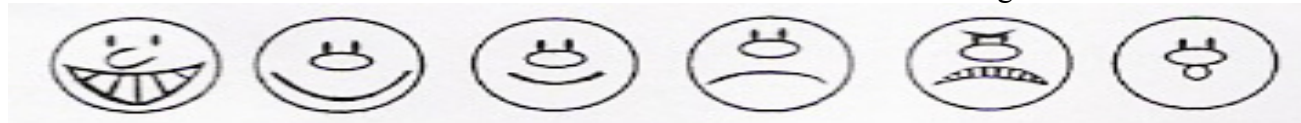
Bedöm själv hur bra du använde färdigheten:

Utmärkt

Godkänt

Dåligt

Vet inte



Nr 19: Uttrycka omtanke

1. Tänk på om du bryr dig mycket om personen.
2. Fundera om personen vill veta vad jag känner.
3. Välj ett bra sätt att uttrycka din omtanke om personen.
4. Välj rätt tid och plats.
5. Uttryck det du känner på ett vänligt sätt.

Nr 19: Uttrycka omtanke

1. Tänk på om du bryr dig mycket om personen.
2. Fundera om personen vill veta vad jag känner.
3. Välj ett bra sätt att uttrycka din omtanke om personen.
4. Välj rätt tid och plats.
5. Uttryck det du känner på ett vänligt sätt.

Nr 19: Uttrycka omtanke

1. Tänk på om du bryr dig mycket om personen.
2. Fundera om personen vill veta vad jag känner.
3. Välj ett bra sätt att uttrycka din omtanke om personen.
4. Välj rätt tid och plats.
5. Uttryck det du känner på ett vänligt sätt.

Nr 19: Uttrycka omtanke

1. Tänk på om du bryr dig mycket om personen.
2. Fundera om personen vill veta vad jag känner.
3. Välj ett bra sätt att uttrycka din omtanke om personen.
4. Välj rätt tid och plats.
5. Uttryck det du känner på ett vänligt sätt.

