

Nr 21: Belöna dig själv

1. Bestäm dig för om du är här gjort dig förtjänt av en belöning.
2. Bestäm vad du kan säga för att belöna dig själv.
3. Bestäm vad du kan göra för att belöna dig själv (unna dig något).
4. Belöna dig!

Belöna dig själv

När kan du pröva detta under nästa vecka? _____

Med vem kan du träna detta? _____

Ja **Nej**

Hade du gjort dig förtjänt av en belöning?

Berömde du dig med ord?

Berömde du dig genom att göra något?

Detta kan jag göra bättre:

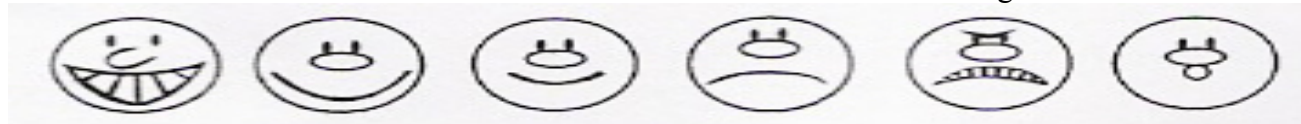
Bedöm själv hur bra du använde färdigheten:

Utmärkt

Godkänt

Dåligt

Vet inte



Nr 21: Belöna dig själv

1. Bestäm dig för om du är har gjort dig förtjänt av en belöning.
2. Bestäm vad du kan säga för att belöna dig själv.
3. Bestäm vad du kan göra för att belöna dig själv (unna dig något).
4. Belöna dig!

Nr 21: Belöna dig själv

1. Bestäm dig för om du är har gjort dig förtjänt av en belöning.
2. Bestäm vad du kan säga för att belöna dig själv.
3. Bestäm vad du kan göra för att belöna dig själv (unna dig något).
4. Belöna dig!

Nr 21: Belöna dig själv

1. Bestäm dig för om du är har gjort dig förtjänt av en belöning.
2. Bestäm vad du kan säga för att belöna dig själv.
3. Bestäm vad du kan göra för att belöna dig själv (unna dig något).
4. Belöna dig!

Nr 21: Belöna dig själv

1. Bestäm dig för om du är har gjort dig förtjänt av en belöning.
2. Bestäm vad du kan säga för att belöna dig själv.
3. Bestäm vad du kan göra för att belöna dig själv (unna dig något).
4. Belöna dig!