

Nr 48: Rangordna dina problem

1. Tänk på problemen som bekymrar dig.
2. Rangordna den efter hur viktiga de är för dig.
3. Försök att vänta med de minst viktiga problemen.
4. Ta itu med dina viktigaste problem.

Rangordna dina problem

När kan du pröva detta under nästa vecka? _____

Med vem kan du träna detta? _____

Ja **Nej**

Kom du fram till vilka problem du hade?

Lyckades du rangordna vilket som var viktigast?

Kunde du vänta med det problem som inte var lika viktigt?

Tog du itu med problemet på ett bra sätt?

Detta kan jag göra bättre:

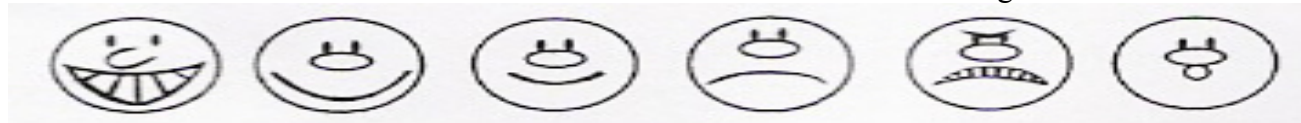
Bedöm själv hur bra du använde färdigheten:

Utmärkt

Godkänt

Dåligt

Vet inte



Nr 48: Rangordna dina problem

1. Tänk på problemen som bekymrar dig.
 2. Rangordna den efter hur viktiga de är för dig.
 3. Försök att vänta med de minst viktiga problemen.
 4. Ta itu med dina viktigaste problem
- .

Nr 48: Rangordna dina problem

5. Tänk på problemen som bekymrar dig.
 6. Rangordna den efter hur viktiga de är för dig.
 7. Försök att vänta med de minst viktiga problemen.
 8. Ta itu med dina viktigaste problem
- .

Nr 48: Rangordna dina problem

1. Tänk på problemen som bekymrar dig.
 2. Rangordna den efter hur viktiga de är för dig.
 3. Försök att vänta med de minst viktiga problemen.
 4. Ta itu med dina viktigaste problem
- .

Nr 48: Rangordna dina problem

1. Tänk på problemen som bekymrar dig.
 2. Rangordna den efter hur viktiga de är för dig.
 3. Försök att vänta med de minst viktiga problemen.
 4. Ta itu med dina viktigaste problem
- .

