

Øvelse: Leg med forestillingsevnen

Stil spørgsmål og lyt efter svarene.

Forestil dig at ingenting er forandret undtagen det faktum, at det er en af de dage, hvor du er på dit allerbedste

Hvornår vågner du om morgenen?

Så forestil dig at du vågner kl ??

Hvordan ville du vide det? – at du er på dit allerbedste?

Hvad vil du føle, tænke, gøre når du vågner der fortæller dig at du er på dit allerbedste?

Hvad vil du så gøre? Hvem vil først lægge mærke til det? Hvad ville de se?

Hvad ville du tænke på din vej til arbejde der fortæller dig at du er på dit allerbedste?

Hvem vil du først møde på dit arbejde. Hvad vil de se der fortæller dem at du er på dit bedste?

Øvelse: Leg med forestillingsevnen

En spiller en den unge. Vælg en ung du kender godt

Den anden leger med den unges forestillingsevne og starter med:

Forestil dig at du vågner i morgen og at du har fået så godt en forhold til din far/mor som du kunne håbe på?

Forestil dig at du vågner i morgen og at du er i stand til at kontrollere situationen/vreden/temperamentet på måder, så du kommer uden om de mange konflikter med andre unge

Forestil dig at du vågner i morgen og at du trives og har det meget bedre når du er i skolen

Forestil dig at du vågner i morgen og at du er i

Hvordan ville du vide det?

Hvad ville du føle eller tænke?

Hvem møder du allerførst først i morgen tidlig?

Så hvad er det første de lægger mærke til som fortæller dem at du har det.....?

Hvad ville de se dig gøre eller høre dig se?

Hvordan vil det være anderledes?

Hvem ville du så møde på din vej?

Hvordan ville de vide at du havde fået styr på/gladere for

Hvordan kunne de se det på dig

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | | |
|--|--|--|--|