

MOTIVATIONSLYFTET

BY Star for Life 



Du är betydelsefull

Fundera tyst för dig själv kring frågorna i punkt 1–6. Skriv sedan ditt svar på fråga 7.

1. Fundera (utan att skriva) tyst för dig själv över följande frågor och uppmaningar:

- Vem är den mest betydelsefulla personen i världen?
- Vem är den rikaste personen i världen?
- Tänk på en person som fått Nobelpriset i ekonomi.
- Kan du namnge tre personer som har uppfunnit viktiga saker som du har i ditt hem?
- Nämn en person som har bestigit Mount Everest.

2. Var det lätt/svårt att svara på ovanstående? Vad kan det bero på?

3. Fundera (utan att skriva) tyst för dig själv över följande frågor och uppmaningar:

- Tänk på någon som hjälpt dig när du behövt hjälp.
- Tänk på någon som har gjort dig glad.
- Tänk på någon som lärt dig något som du har haft nytta av eller som du tyckt har varit roligt att kunna.
- Tänk på någon som du tycker om att vara tillsammans med.
- Tänk på någon som inspirerar dig.
- Tänk på en vuxen som betytt mycket för dig i skolan eller på fritiden.

4. Hur gick det? Var dessa frågor lättare eller svårare att svara på, jämfört med de i punkt 1?

5. Hur blir man egentligen en betydelsefull person?

6. Vem är du betydelsefull för?

7. Skriv en sammanfattande reflektion kring vad du tänkte när du gjorde denna övning.