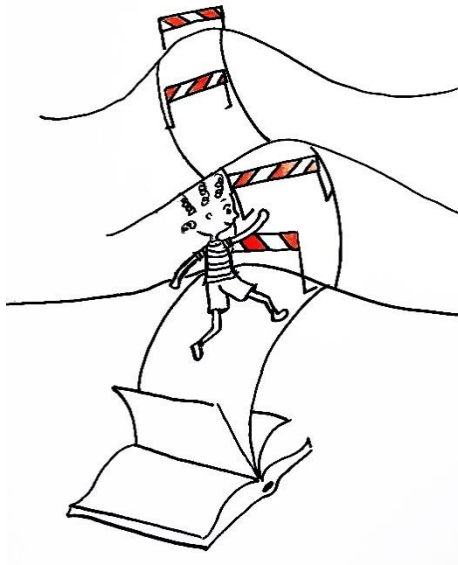


MOTIVATIONSLYFTET

BY Star for Life 



Hantera motgångar

1. Titta på klippet "Att hantera hinder": <https://vimeo.com/366214048>
2. Vad svarar du på följande frågor:
 - a) Finns det någon situation där du upplever ett stort motstånd när du ska genomföra något?
 - b) Vad tror du att detta motstånd beror på? (exempelvis andras förväntningar, dina egna krav, för svår uppgift)
 - c) Vad har du för strategier för att ändå ta tag i dessa saker som du egentligen inte har lust att göra?