

Min livslinje

Börja vid din födelse och skriv de händelser med årtal som du upplever har varit viktiga på något sätt i ditt liv. Ovanför tidsaxeln lägger du in viktiga, positiva händelser/personer. Nedanför lägger du in negativa och utmanande händelser/personer. Reflektera över vad du kände i dessa perioder i livet, vilket värde och lärdomar de fört med sig. Vid framtid, skriv ner drömmar och långsiktiga mål.

