

Förslag på alternativa positiva tankar om mig själv

Jag är en bra lyssnare

Jag har lätt för att samarbeta med andra

Jag är ganska snabb

Jag kan laga god mat

Mitt skratt smittar

Jag bakar supergoda kokosbullar

Jag kan spela gitarr

Jag är hjälpsam

Jag sjunger bra

Jag har starka ben och springer snabbt

Jag tar hänsyn till andra

Jag har lätt för att skratta

Jag kan se något bra i andra människor

Jag skriver bra historier och texter

Jag är omtänksam

Jag är bra på data/TV-spel

Jag är ärlig

Jag kan lätt känna sympati för andra

Jag är eftertänksam när jag behöver

Jag är rolig

Jag är en kämpe

Jag passar i mitt mörka hår

Jag ger aldrig upp

Egna förslag _____
