

DE FEM STYRKEHELTE

Udfold klassens topstyrker med styrkehelte.

Her skal I arbejde videre med klassens topstyrker og skabe jeres helt egne styrkehelte.

Vælg en af figurene nedenfor, og udfyld boblerne, så de passer til jeres version af helten.



Mit navn er:

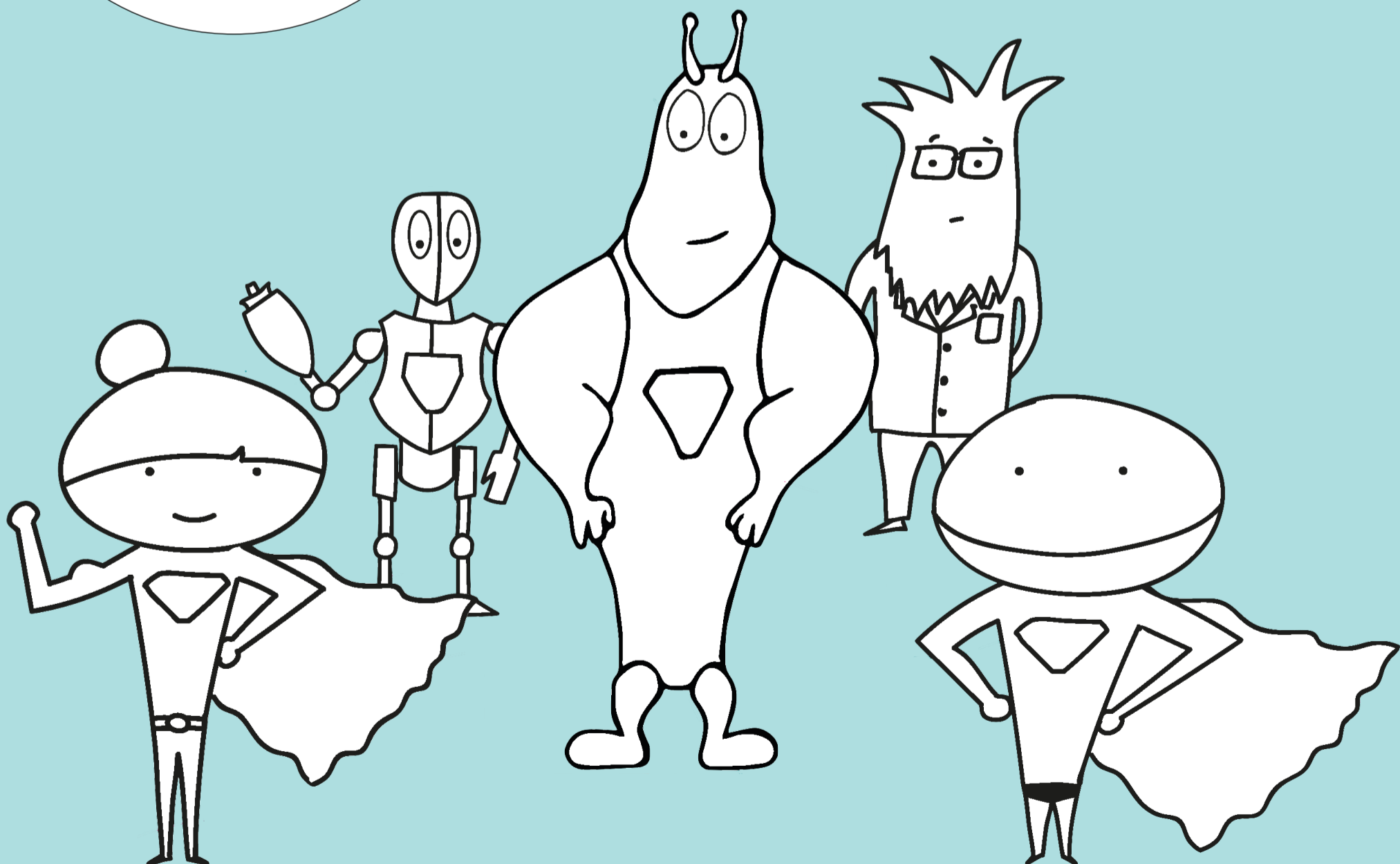
Jeg kan hjælpe med:

Jeg vil kæmpe for:

Jeg kan inspirere andre med:

Jeg kan...

Fold først papiret på denne led



MINE FEM TOPSTYRKER

Sæt jer sammen to og to og stil på skift hinanden de her tre spørgsmål:

1. Hvilke styrker gør dig glad og fyldt af energi, når du udviser dem?

2. Hvilke styrker synes du passer bedst på dig selv?

3. Hvilke styrker bruger du mest i forskellige sammenhænge?

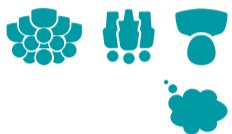
Du skal nu vælge de fem styrker, som du synes er dine topstyrker.



1
2
3
4
5

KLASSENS STYRKER

Her skal I finde jeres klassens topstyrker og blive klar over, hvad I kan sammen.



STYRKESPOT HINDEN

Her skal du skrive de styrker og eksempler ned, som du modtager fra din makker. Når du og din makker er færdige med at styrkespotte hinanden, skal I hver finde en ny makker og gentage øvelsen.



Fold derefter papiret på denne led

DE 24 STYRKER



Ærlighed



Begejstring



Beskedenhed



Åbenhed



Fornuft



Humor



Kærlighed



Kreativitet



Lederevner



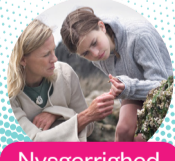
Mening i livet



Social forståelse



Tapperhed



Nysgerrighed



Optimisme



Retfærdighed



Samarbejde



Selvkontrol



Taknemlig



Tilgivelse



Værdsættelse



Vedholden



Venlighed



Lyst til læring



Visdom

TRIV NU

psykiatri
fonden
SAMMEN BEKÆMPER VI PSYKISK EYGDOM

Med støtte fra
TrygFonden

STYRKEPROFIL

MELLEMTRIN

NAVN _____