

MENTAL COACHÖVNING – SJÄLVFÖRTROENDE

Dina starka sidor – det du är bra på

- Tre saker som du är bra på (som du själv tycker)

.....

.....

.....

- Be någon/några du känner säga tre starka sidor hos dig (som du är bra på, utan att berätta vad du själv har skrivit):

Namn.....

.....

.....

.....

Namn.....

.....

.....

.....

Namn.....

.....

.....

.....

Vilka reflektioner gör du på dina starka sidor och vad andra har sagt om dig?

.....

.....

Yes, I can!



Yes, I can – Yes, we can!
c. Mental träning, personlig coaching och inspiration
Stig Wiklund
Kornvägen 7 873 40 Bollstabruk
stig.wiklund@positivakicken.se
www.positivakicken.se