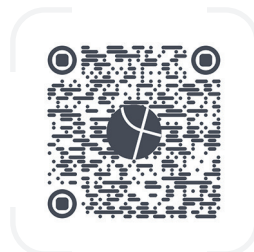


TONÅRINGEN

Ta några lugna andetag och slut dina ögon om du vill. Se dig själv under någon period i tonåren. Vad ser du? Och hur känns det för dig att se dig själv i denna ålder?



- *Hur var din tonårsperiod för dig?*
- *Är det någon ålder som "sticker ut"?*
- *Hur mådde du då?*
- *Vilka var dina viktigaste relationer?*
- *Vem eller vad gav dig stöd? Hur?*
- *Vilka teman eller områden var särskilt svåra för dig?*
- *Vem tröstade dig?*
- *Vem/vilka firade med dig när du var glad/lycklig?*
- *Vilka händelser/situationer/relationer har påverkat dig i ditt nuvarande liv som vuxen?*
- *Vilka drömmar och förhoppningar om framtiden hade du som tonåring?*
- *Vilka styrkor och kvaliteter hjälpte dig igenom denna period av ditt liv?*

Kom nu i din egen takt tillbaka till rummet.

Låt din tonåring rita sitt självporträtt med den icke-dominanta handen och därefter skriva på bilden.

Tonåringens självporträtt

A large, empty rectangular box with rounded corners and a light gray border, intended for drawing a self-portrait.