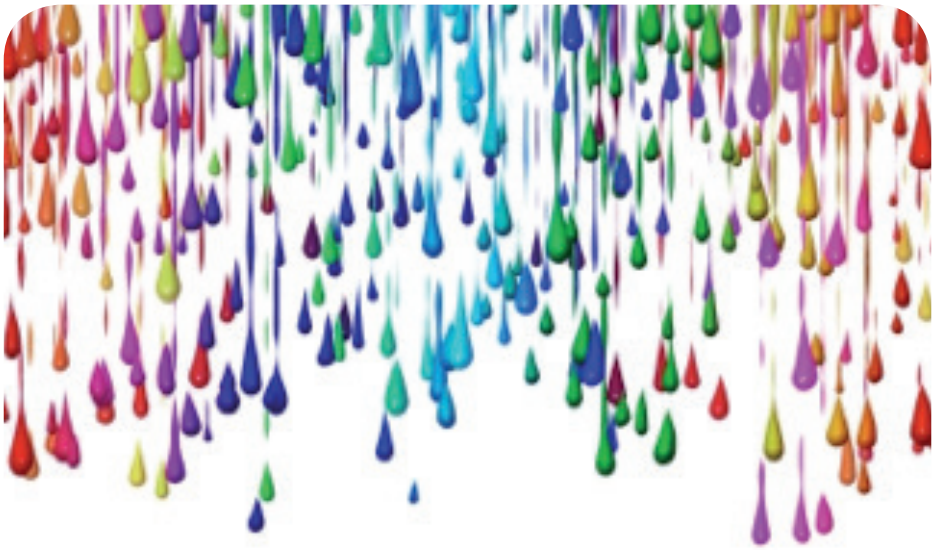
Disse kortene er utviklet av psykolog Louise Hayes med det formål å legge til rette for terpautiske samtaler. Den opprinnelige filen finner du på http://www.contextualscience.org/louise_hayes_training_page

En del av pengene for verdikortene går til velgjørighet for en helsetjenetse i Nepal. Du kan lese mer og donere penger her:
www.sanjiwani.org.np

Kortene kan bestilles på:
http://www.livskompass.se



Hvordan skiller din og din familie sine verdier og mål seg fra hverandre?

Hva vil du helst av alt oppnå?

Hva håper
du mest
på?

Hva er det
viktigste for
deg akkurat
nå?

Hva tror
du er ditt
viktigste
formål i
livet?

Hvem er det klokeste mennesket du kjenner?

Hva betyr

FRIHET

for deg?

Do you
prefer
blending in
or standing
out?

Har du
lært noe
av å
måtte
kjempe?

Hvilket innhold-har et godt liv?

Hva betyr

selvstendighet

for deg?

Hva gjør deg sterk?

Har du noensinne ønsket å skape noe?

Hvordan er det å lære noe nytt?

Hva ville du gjøre om du var rík?

Hva ønsker du at andre skal huske deg for?

Hva betyr det å elske?

Hva betyr tilgivelse for deg?

Hvem er den mest empatiske personen du kjenner?

Hvordan er det å oppleve tillit?

Har du noensinne følt håpløshet?

Hva betyr det å bli sett og hørt?

Hvem vil
du gjerne
takke?

Hva er det vanskeligste å akseptere i deg selv?

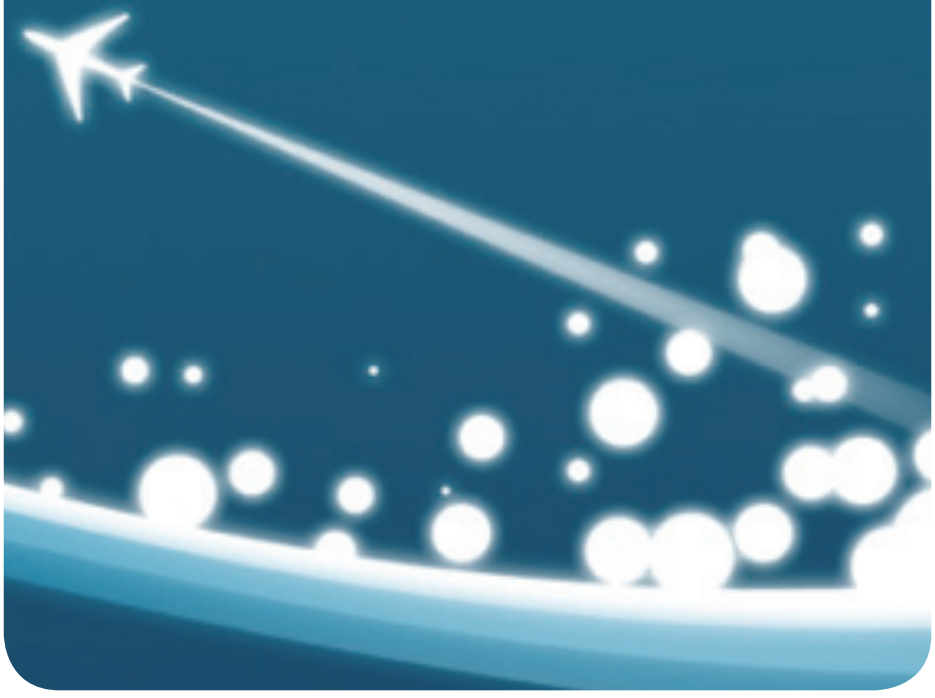
Hva gjør en venn til en venn?

Hvem er det som har lært deg mest i livet?

Hva betyr det å finne fred?

Har du
noensinne
følt lengsel i
ditt liv?

Forestill deg at du kunne oppnå hva som helst– hva skulle det være?



Har du noensinne blitt sveket?

Har du drømt om å gjøre noe stort?

Har du noensinne blitt trakassert?

Har du noensinne følt deg utrygg?

Har du noensinne reflektert over døden?

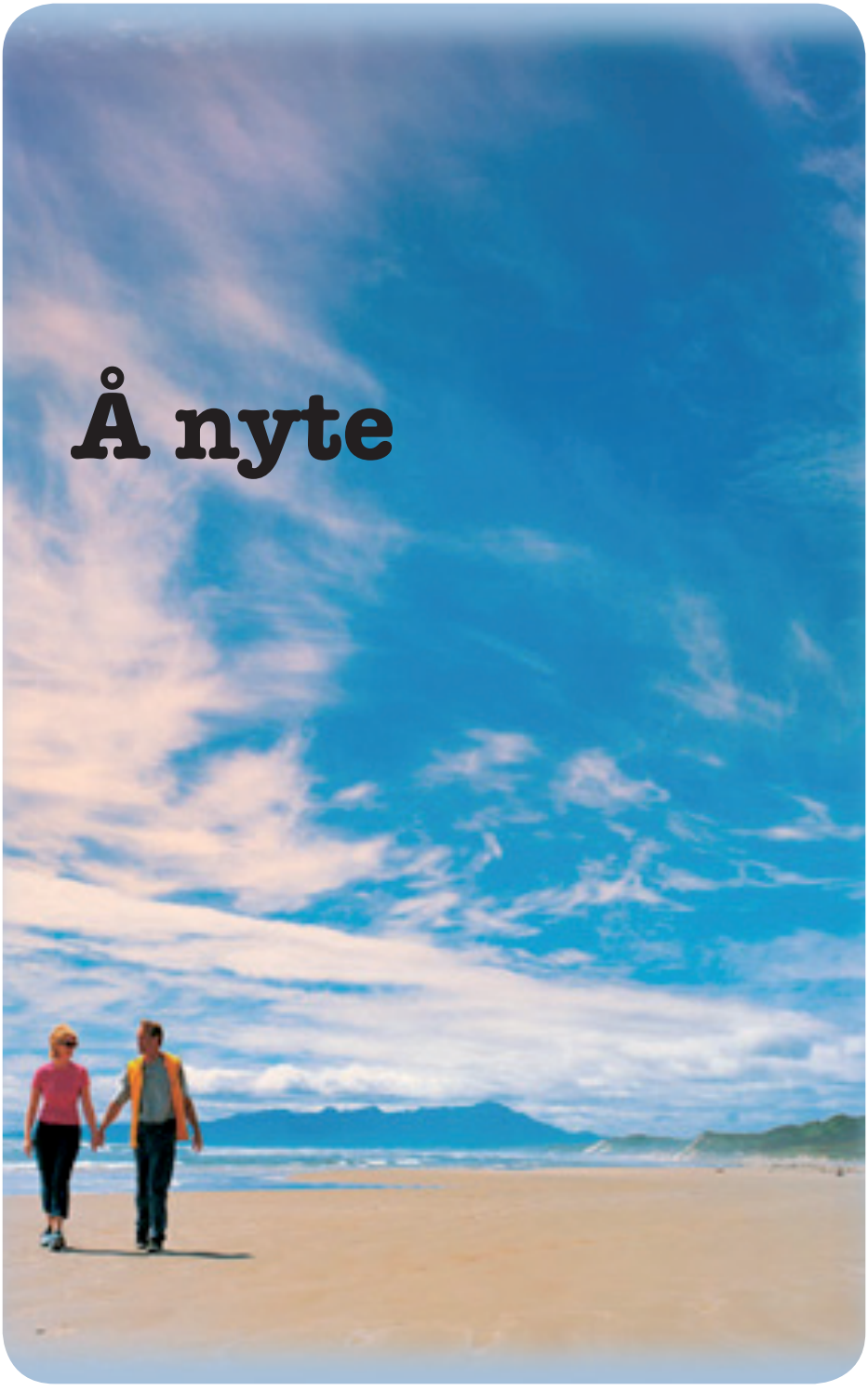
Har du
noensinne
følt deg
rådvill?

Har du vært redd?

Se muligheter

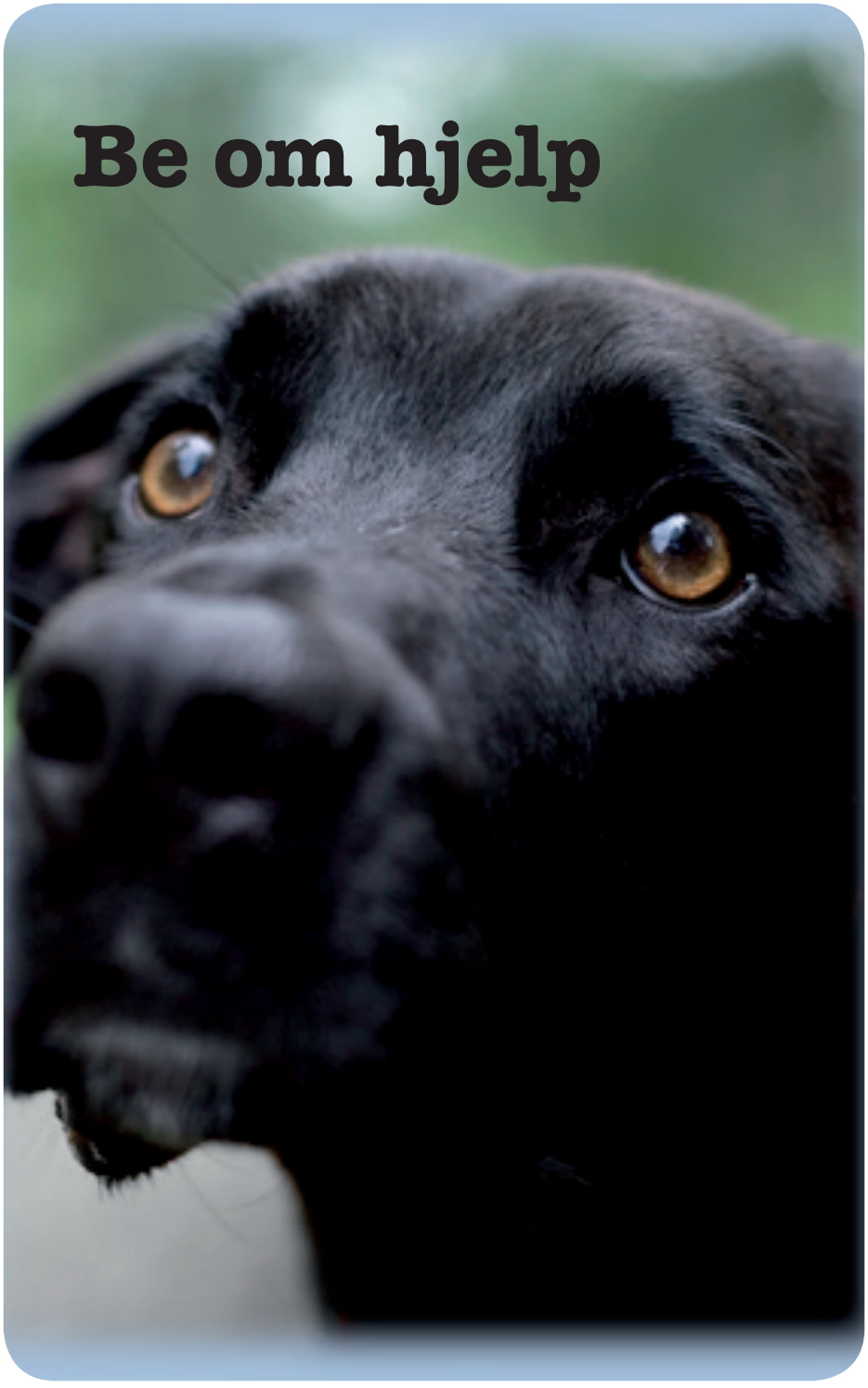
Være fysisk aktiv

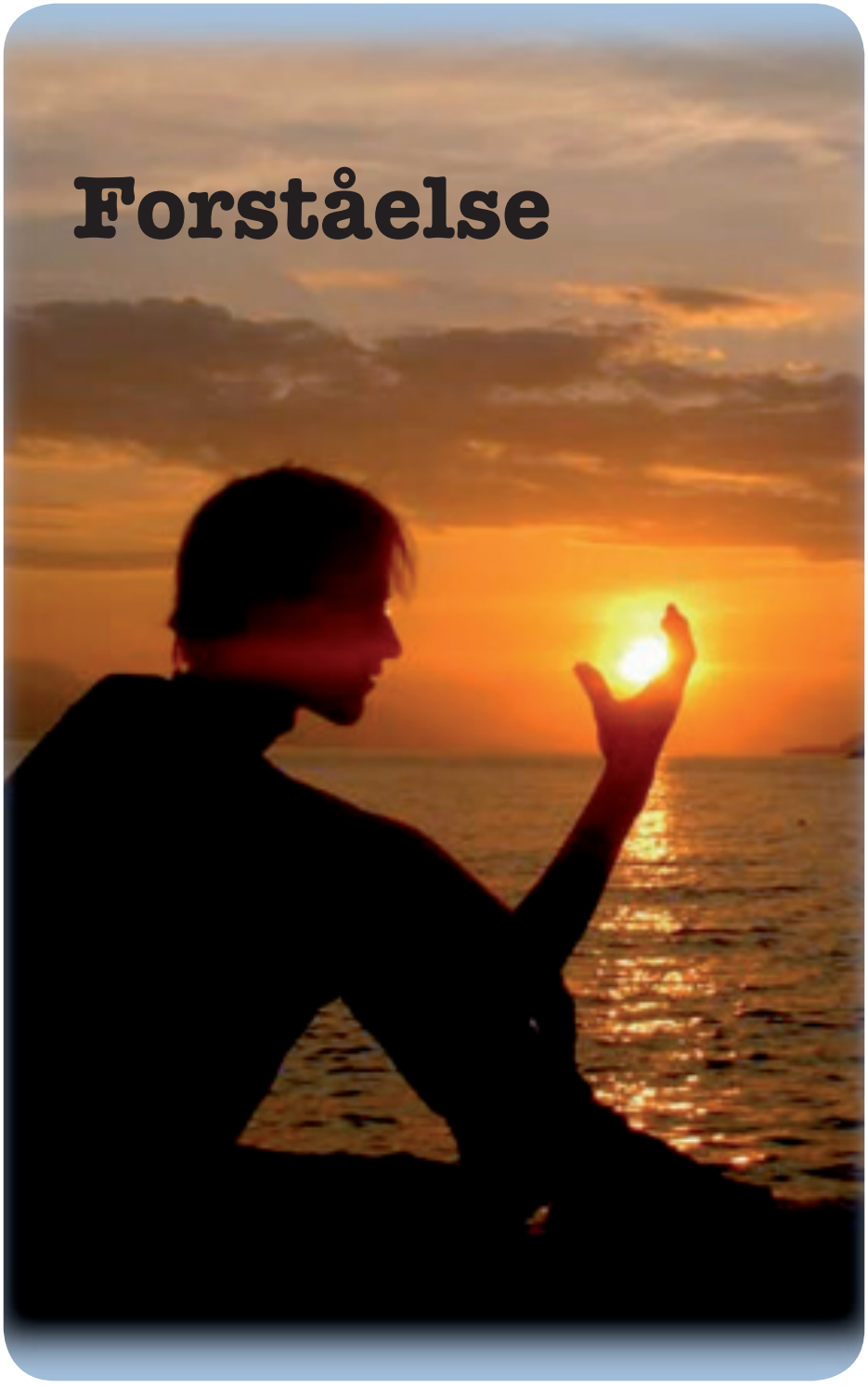
Å nyte



Være
takknemmelig

Finne ro

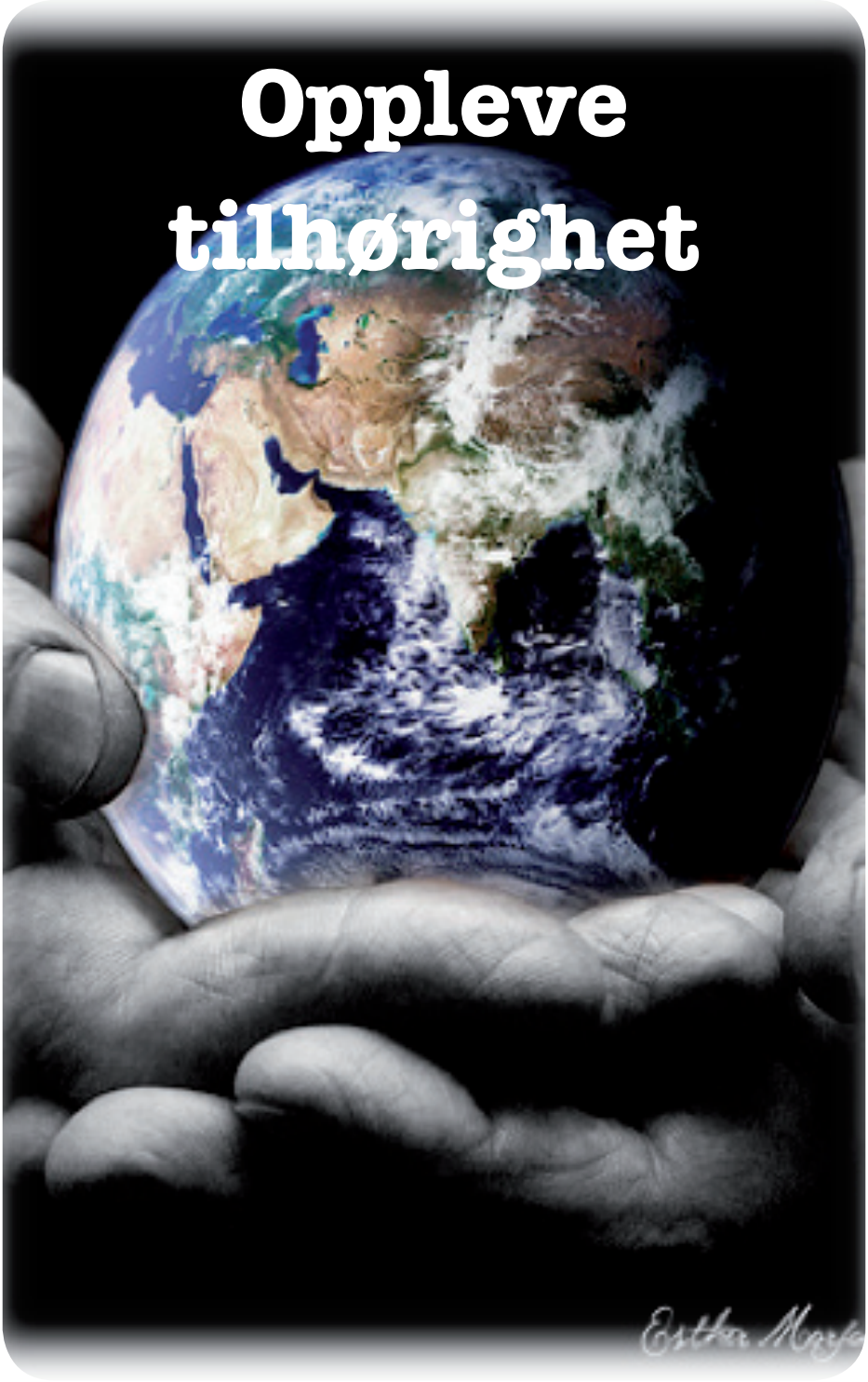

Be om hjelp


Forståelse

Akseptere deg selv

Være
medfølende

Oppleve tillit


Oppleve
tilhørighet

Være sann

Elske og bli elsket

Søke kontakt

Beundre
admiring

Sette pris på

Skape

Danse med
glede

Komme avsted

Våge å
drømme

Søke kunnskap

Søke frihet

Omfavne
øyeblikket

Fantasere

Gi slipp

Søke
visdom

Være med
usikkerheten

Kjempe

Ta farvel

Føle seg trygg

Kjenne seg annerledes

Tilgi