

Vägskälet

Detta är en övning som hjälper dig att utforska och synliggöra för- och nackdelar med olika alternativ. Övningen är för dig som väger olika alternativ mot varandra.

Mål

Att visualisera upplevda för- och nackdelar med olika alternativ för att på så sätt kunna underlätta i en valsituation.

Detta lär du dig

Du lär dig att systematiskt utforska dina värderingar kring olika alternativ.

Tidsåtgång

15–30 minuter.

Detta behöver du

Övningsstencil, ev. papper och penna.

Övningen

Börja med att utforska ditt utgångsläge. Fundera kring och skriv ner vilka för- och nackdelar du upplever i din nuvarande situation.

Fortsätt med att skriva ner dina tänkbara utbildnings- och yrkesalternativ samt för- och nackdelar du upplever med dessa alternativ.

När du är klar med detta fundera på vilka för- och nackdelar som är viktigast för dig.

Varför är just de för- och nackdelarna viktiga för dig?

Är det någonting mer du behöver ta reda på om något av alternativen för att kunna rangordna dem?

När du gjort allt ovanstående rangordna alternativen.

Slutligen, vad tar du med dig från denna övning och hur går du vidare?

Lycka till!