

# HJÆLP ANDRE TIL AT FØLE SIG VÆRDSAT

---

## HVORNÅR OG MED HVEM KAN DU BRUGE DETTE REDSKAB?

Brug dette redskab til at hjælpe dig i dine bestræbelser på at få andre til at føle sig mere værdsat og anerkendt.

## SÅDAN GØR DU

*Vælg en, som du tror ikke føler sig værdsat.*

- 1 **Hvorfor tror du, at vedkommende har det sådan?**
- 2 **Hvordan har du bidraget til, at vedkommende ikke føler sig værdsat?**
- 3 **Hvad vil hjælpe vedkommende til at føle sig mere set og værdsat?**
- 4 **Hvad kan du begynde at gøre med det samme, som kan hjælpe vedkommende til at føle sig mere værdsat?**

PERSON

1

HVAD KAN GRUNDEN VÆRE  
TIL, AT VEDKOMMENDE  
IKKE FØLER SIG VÆRDSAT?

2

HVORDAN HAR DU  
BIDRAGET TIL DETTE?

3

HVAD KAN HJÆLPE  
VEDKOMMENDE?

4

Hvad kan du begynde at gøre med det samme, som kan hjælpe vedkommende til at føle sig mere værdsat?

---

---

---

---