

# SOCIAL FÖRSTÄRKNING

## Självkännedom

Identifiering av saker som är viktiga för en själv, sina starka sidor och resurser

"Jag klarar av"

"Jag är bra"

"Jag kan"



## Sociala färdigheter

Tillit, mod och förmåga att fungera med andra människor

"Jag kan fungera med andra"

"Jag säger min åsikt"

"Jag har mod att be om hjälp"



## Vardagshantering

En fungerande vardag, boende, vila, pengar, användning av tjänster, kontroll över rusmedelsanvändningen

"Saker fungerar"

"Jag tar hand om mig själv"



## Studie- och arbetsfärdigheter

En lämplig väg för en själv till studier och arbete, kännedom om arbetslivets spelregler

"Jag sköter mina uppgifter"

"Jag kan arbeta"

"Jag vet vad jag kan studera"



## Livshantering

Egna mål, inverkan på livets gång, tillit att klara av svårigheter

"Jag kan nå mina mål"

"Jag klarar svårigheter"

"Jag har planerat mitt liv framåt"

