

### Individuell reflektion om roliga saker

Några roliga stunder som jag kommer från min uppväxt är ...

Några roliga stunder som jag kommer från mitt tidiga vuxenliv är ...

Några av de mest roliga och "tokiga" stunderna är ...

Några NYA roliga saker som jag skulle önska för mig i framtiden är ...

Jag överraskade verkligen mig själv när jag ....

Om jag vågade så skulle jag vilja ....

Om jag visste att inte skulle kunna misslyckas så skulle jag ....

En av de saker som jag gillar att göra, och som jag skulle kunna vara mer positiv och öppen för är ...

Jag har som roligast när jag ....

En sak som är rolig och som jag inte har gjort på mycket länge är ....

Ett sätt som jag skulle kunna hjälpa mig själv att ha mer roligt är ....

Jag tror att jag skulle kunna vara en roligare person att vara med om jag ....

En enkel sak som jag skulle kunna göra för att skapa mer roligt för min egen del är ....

### ***Extrafrågor att ta med dig och kontempera mer långsiktigt***

En sak som jag gör nu som hindrar mig från att göra sådant som jag längtar efter är ....

Det jag skulle kunna göra annorlunda som skulle hjälpa mig att skapa utrymme för det är ...