

KARAKTÄRSSTYRKOR

Fyll i påståenden individuellt innan ni går igenom det gemensamt i gruppen.
Formuläret är översatt från ASPeCT-DD av Linda Grann.

	1	2	3	4	5
Jag tycker personen är modig.	☐	☐	☐	☐	☐
Personen är bekymrad eller upprörd när någon är obekväm eller stressad	☐	☐	☐	☐	☐
Personen har humor.	☐	☐	☐	☐	☐
Personen kan vara tankfull och hjälpa andra.	☐	☐	☐	☐	☐
Personen hyser inte agg mot andra.	☐	☐	☐	☐	☐

Ditt namn:

Datum:

1

2

3

4

5

Personen visar omtanke om andra.

☐☐☐☐☐

Personen kan acceptera när hen gör misstag.

☐☐☐☐☐

Personen visar vänlighet mot andra.

☐☐☐☐☐

När jag är ledsen, visar personen omtanke.

☐☐☐☐☐

Personen försöker lösa sina problem.

☐☐☐☐☐

Personen försöker följa instruktioner.

☐☐☐☐☐

1 2 3 4 5

Personen försöker inte hämnas eller ge igen till personer som har gjort hen illa.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Det är relativt lätt för personen att skaffa vänner.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Personen tänker oftast att saker kommer gå hens väg. .

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Personen verkar njuta av livet och är tacksam för livets enkla nöjen.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Personen kommer över sina misstag inom en rimlig tid.

☐ ☐ ☐ ☐ ☐