

## Øvelse:

# Fortæl om noget, du håber vil ske i dit liv



Er der noget, som du håber på? Det kan være et mål, en drøm eller en forandring, du ønsker dig.

Du kan for eksempel fortælle om et konkret håb i din hverdag eller din fremtid. Det kan være noget, du ser frem til, eller et håb, der udspringer af en svær situation, du ønsker at ændre.

*Du kan vælge at arbejde med øvelsen på den måde, der passer dig bedst – tal, skriv, tegn eller andet.*