

Lite, lagom, mer

Vad gör du lite, lagom eller mycket av? Ser din tillvaro ut som du vill ha den eller vill du förändra något? Sätt ett kryss i rutan som motsvarar dina åsikter.

Aktivitet	Lite	Lagom	Mycket
skärmtittande			
dagdrömmeri			
vänner			
spenderar pengar			
tid med familjen			
gråt			
skratt			
ensamhet			
vara i naturen			
bokläsning			
motion			
uppmuntran (få)			
uppmuntran (ge)			
skitsnack			
sömn			
kritik			
kramar			
städning			
tvätt			
arbete			
bara vara			
singeltasking			
multitasking			
snällhet			