

Floskelattacken

Tänk positivt!

Mer från floskelfabriken:

Du kan om du verkligen vill!

Mer från floskelfabriken:

Varje problem har en lösning!

Mer från floskelfabriken:

Först måste du
älska dig själv!



Mer från floskelfabriken:

Säg vad du tycker,
uttryck din ilska,
var dig själv!

Mer från floskelfabriken:

Take me or leave me,
I'm all I've got!

Mer från floskelfabriken:

Skuld och skam är osunt!

Mer från floskelfabriken:

Det beror på min taskiga barndom!

Mer från floskelfabriken:

Förändring är en långsam, svår och mödosam process!

Floskelattacken summerad

- Tänk positivt!
- Du kan om du verkligen vill!
- Varje problem har en lösning!
- Först måste du älska dig själv!
- Säg vad du tycker, uttryck din ilska, var dig själv!
- Take me or leave me, I'm all I've got!
- Skuld och skam är osunt!
- Det beror på min taskiga barndom!
- Förändring är en svår, långsam och mödosam process!

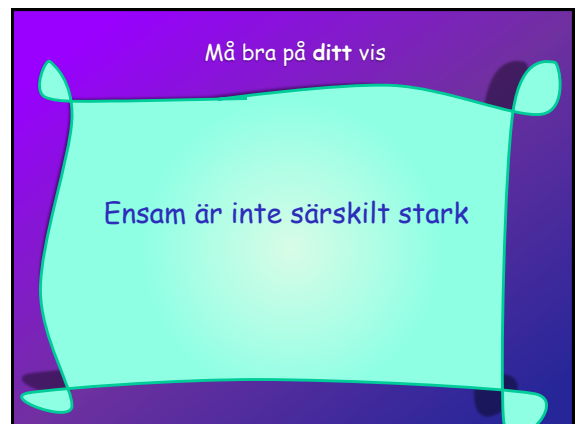
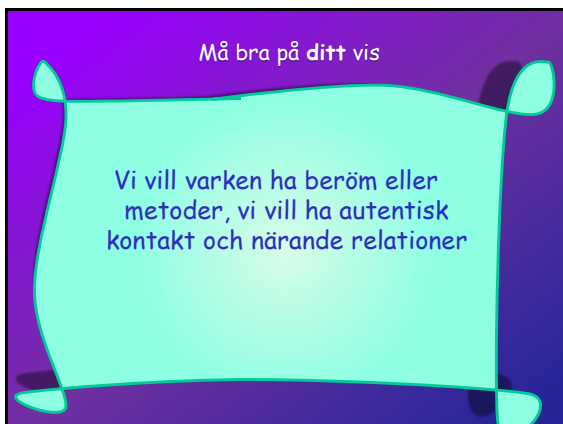
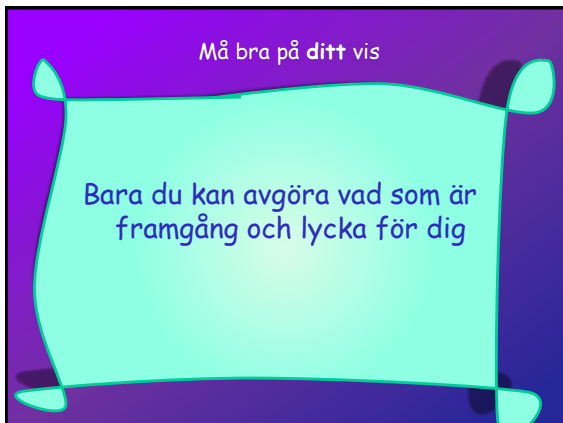
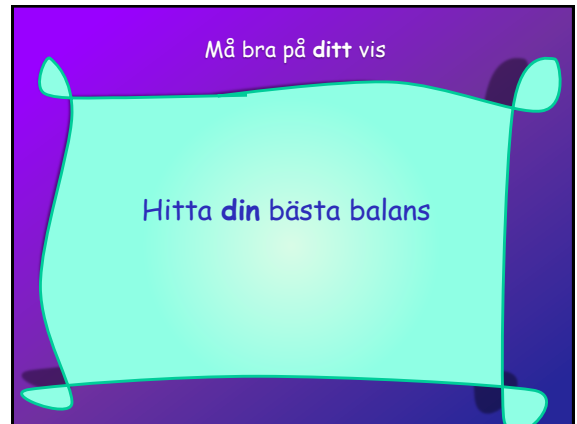
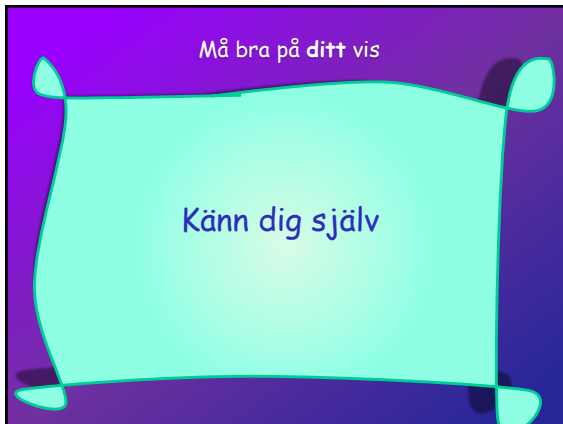
Finns det något alternativ?

Må bra på **något** vis, **ditt** vis!

(Tro inte allt du hör - samhället bryr sig mest om att få ihop budgeten, och din hjärna är bara intresserad av din överlevnad, inte hur du mår).

Ett gott liv, minikursen: vad får mig att må bra?

Bra saker	Dåliga saker	Bra människor	Dåliga människor



Må bra på **ditt** vis

Vardagar är vanligast

Må bra på **ditt** vis

Att leva är att välja

Må bra på **ditt** vis

Ansaret är ditt

Må bra på **ditt** vis, summering

- Känn dig själv.
- Hitta **din** bästa balans.
- Bestäm själv vad som är framgång och lycka för dig.
- **Du** är verktyget.
- Vi vill inte ha beröm - vi vill ha kontakt, bekräftelse och äkta relationer.
- Ensam är inte stark.
- Vardagar är vanligast.
- Att leva är att välja.
- Ansaret är ditt.

Några avslutande förslag

- Lyssna på dig själv **och** andra, men bestäm själv.
- Filosofera och läs en smula var dag.
- Välj ditt liv.
- Vilka människor och saker mår jag bra av?
- Bry dig om dig själv **och** andra.
- Öe dig själv en egen stund var dag.
- Odlar och utveckla dina relationer.
- Prata med andra om sådant som är viktigt för dig.
- Det du gör ska vara roligt eller meningsfullt, helst både och.
- Om du ska vara materialist - var det med omsorg och välj dina prylar noga.
- Memento mori!