



## De 10 H'er

Aktivitet: \_\_\_\_\_

|                                                                                                                  |  |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <b>1. Hvad skal jeg lave? – indhold</b>                                                                          |  |
| <b>2. Hvorfor skal jeg lave det? – meningsdannelse</b>                                                           |  |
| <b>3. Hvornår skal jeg lave det? – tidspunkt</b>                                                                 |  |
| <b>4. Hvor skal jeg lave det? – hvor og hvorhenne, placering</b>                                                 |  |
| <b>5. Hvem skal jeg lave det med? – person</b>                                                                   |  |
| <b>6. Hvordan skal jeg lave det? – metode</b>                                                                    |  |
| <b>7. Hvor længe skal jeg lave det? – tidsperspektiv</b>                                                         |  |
| <b>8. Hvad skal jeg lave bagefter? – indhold</b>                                                                 |  |
| <b>9. Hvem kan hjælpe mig, hvis jeg har brug for hjælp, og hvordan kommunikerer behovet for hjælp? – tryghed</b> |  |
| <b>10. Hvordan ved jeg, at jeg har brug for hjælp? – tryghed</b><br>Identificer tegn på hjælpebehov              |  |