

## **27 - 'Det er ingenting positivt med å ha en psykisk lidelse'**

Om dette er første refleksjon anbefaler vi at dere bruker litt tid på å avklare formen på refleksjonen. (se "oppskrift").

Påstanden leses høyt, og deltakerne kan komme med sine tanker. Gi rom for at folk kan tenke seg om. Om ingen tar ordet kan du spørre om det er noen som har noen tanker rundt denne påstanden. Forhåpentligvis er dere nå i gang!

Et godt tips er å spørre utdypende om tema som kommer opp som kan være aktuelle eller interessant for de som er med. Om dette er utfordrende kan de undernevnte støttespørsmålene være til hjelp.

<b>Spørsmål/tema:</b>	<b>Oppfølgingsspørsmål:</b>
<input type="checkbox"/> Hva kan være positivt med å ha en psykisk lidelse?	<input type="checkbox"/> Kom med eksempler, gjerne fra egen eller andres erfaring.
<input type="checkbox"/> Kan det å ha en psykisk lidelse være mer positivt enn negativt?	<input type="checkbox"/> Hvilke eksempler har vi på dette?
<input type="checkbox"/> Hva kan oppleves som positivt av personen selv, men negativt av omgivelsene?	<input type="checkbox"/> Hva kan oppfattes som negativt av personen selv, men positivt av omgivelsene?