

Dagsorden andre time

Diamanten – et verktøy for å forstå sammenhenger og for å sortere

1. Erfaringer med hjemmeoppgave 1: Lese **Hvordan utmattelse kan forstås**
2. Diamanten
3. **Hjemmeoppgave 2:** Bruk av Diamanten:
 - Repetere selvhjelpsnotat om utmattelse
 - Finn to eksempler i hverdagen der Diamanten benyttes, og skriv ned stikkord på de fire elementene i den samt ytre forhold i situasjonen som bidro til utmattelse.