



WORKBOOK MIN MORALISKA KOMPASS

THE 
FUTURE
BOOK



Avsnitt 11 – Min moraliska kompass

Välj en negativ vana som du vill bryta, svara på frågorna nedan och lista sedan tre åtgärder (stora som små) som du kommer att göra denna vecka för att eliminera den från ditt liv.

En negativ vana/beteende som jag vill bryta: _____

Vilken är min vinst för att jag konsekvent använder denna negativa vana/beteende?

Vilket pris får jag betala om jag inte ändrar denna dåliga vana/beteende?

Vad kommer jag att tjäna på att befria mig själv från denna dåliga vana/beteende?



Tre åtgärder som jag kan göra denna vecka för att bryta denna negativa vana/beteende är:

1

2

3