



VARMPRAT

SAMTAL PÅ RIKTIGT

På dessa ark hittar du ett antal varmpratskort. Vi kallar det varmprat för att frågorna på korten kan inspirera till samtal som är motsatsen till kallprat. Samtal som kan kännas lite mer viktiga på riktigt.

Skriv ut, klipp isär och använd korten nästa gång du pratar med några du bryr dig om och vill lära känna lite mer.



VARMPRAT

Finns det någon superkraft du skulle vilja ha och varför?

Vem eller vad inspirerar dig i livet?

Om du fick resa i tiden – var skulle du hamna och varför?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Hur skulle någon som känner dig beskriva dig med tre ord?

Hur gammal känner du dig och varför?

Vad gör du helst av allt en ledig dag?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Vad är det finaste någon har sagt till dig?

Om du fick byta liv med någon – vem skulle det vara och varför?

Hur gammal skulle du vilja bli?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Hur gör du för att visa att du verkligen tycker om någon?

Vilket är ditt drömjobb?

Vad skulle du göra om du var orädd och modig?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Vad är det bästa som hänt dig i livet?

Vad skulle du bli mest ledsen över om en vän gjorde mot dig?

Vad gillar du mest med dig själv?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Vad har påverkat dig mest i livet?

Vad skulle du bli gladast över att någon sa till dig?

Finns det något du har gjort som du ångrar?

MIND

mind.se



VARMPRAT

Vad gjorde dig ledsen senast?

Vad gör du när du vill göra
din familj riktigt glad?

Hur skulle du beskriva
dig själv med tre ord?

Mi
ND

mind.se



VARMPRAT

Finns det något du längtar efter?

Vilket är ditt viktigaste livsråd?

Finns det något du drömt om länge som
du tror skulle kunna bli verklighet?

Mi
ND

mind.se



VARMPRAT

Vad är du tacksam för?

Vad är riktig vänskap för dig?

Om du var ett djur, vilket
skulle det vara?

Mi
ND

mind.se



VARMPRAT

Vad gör du för att ta hand om dig själv?

Vad är viktigast för dig i livet?

Vad gör du om du skulle ha
obegränsat med pengar?

Mi
ND

mind.se

Mind är en ideell organisation som främjar psykiskt välbefinnande genom att erbjuda medmänskligt stöd, sprida kunskap och driva påverkansarbete.

Mind driver stödlinjerna Självmordslinjen, Äldrelinjen, Föräldralinjen samt Mind Forum och engagerar cirka 800 volontärer. Mind arbetar för ett samhälle som främjar psykiskt välbefinnande. Ett samhälle där människor med psykiska besvär och psykiatriska diagnoser blir respekterade, får det stöd de behöver och där ingen tar sitt liv. Allt handlar om att ge människor kraft att leva. Läs mer på **mind.se**

Mi
ND

Självmordslinjen – 90 101, chat.mind.se

Äldrelinjen – 020-22 22 33

Föräldralinjen – 020-85 20 00

Mind Forum – forum.mind.se
