

Att sätta ord på det kunnande man skaffat sig utomlands

När man är utomlands lär man sig oftast inte bara genom arbete eller studier. Man lär sig av allt man har runtomkring sig – och det påverkar också ens uppfattningar och tankar om sig själv. Fundera på det du lärt dig utomlands genom följande teman: jag själv, andra människor, arbete, kulturer, studier och vardagens rutiner.

Du kan gå igenom dina erfarenheter till exempel med hjälp av följande frågor:

- Inom vilka områden märkte du att du utvecklades?
- Hurdana nya perspektiv fick du när du var utomlands?
- Hur förändrade vistelsen utomlands ditt sätt att agera eller tänka?
- Vad var svårt?
- Vilka framgångar upplevde du när du var utomlands?
- Vad krävde dessa framgångar av dig?
- Hur kan du använda det du lärt dig i arbetet eller vardagen?
- Vilka av dina styrkor använde du?

Vad jag lärde mig när jag var utomlands ...

.....

OM ANDRA MÄNNISKOR

OM VARDAGSRUTINER

OM STUDIER

OM KULTURER

OM MIG SJÄLV

OM ARBETE