VÆKSTHUSETS KOMPETENCECENTER

Sådan kan du bruge batterimodellen

1. Vælg en dag ud – måske en dag i praktik, derhjemme, på uddannelse – måske en dag for længe siden hvor du havde det på en særlig måde eller en helt typisk dag, måske i går?
2. Lav så en brainstorm over alle små opgaver/aktiviteter du laver på den valgte dag
3. Fordel de mange små opgaver/aktiviteter i de tre kolonner
   Husk dage er sjældent ens – brug modellen for flere forskellige dage og gerne igen efter noget tid.

Energigivende aktiviteter	Neutrale aktiviteter	Energidrænende aktiviteter