Övning: Gör din profil för naturupplevelse

Fundera på den betydelse som de fyra sätten att uppleva naturen har i ditt liv och skriv in i tabellen nedan. Frågor att ställa:

* 1. Rationell: Hur relaterar jag till naturen?
  2. Sensorisk: Hur märker jag naturen?
  3. Fantasimässig: Hur påverkas jag av naturen?
  4. Andlig: Hur hänger jag mig till naturen?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Så här brukar jag vanligtvis  uppleva naturen | Så här önskar jag uppleva naturen framöver |
| 1. Strategi för rationell upplevelse |  |  |
| 1. Strategi för sensorisk upplevelse |  |  |
| 1. Strategi för fantasimässig & berörande upplevelse |  |  |
| 1. Strategi för andlig/spirituell upplevelse |  |  |

Rita diagram över din naturprofil

Notera vilka nyckelord du skrev i tabellen.

Rita in 2 profiler i fyrfälts diagrammet utgående från det du skrivit i tabellen:

* + Profil 1: Ditt nuvarande sätt att uppleva naturen
  + Profil 2: Ditt önskade sätt att uppleva naturen

