**Rollikaart**

Esita mudelina enda rollimaatriks umbes 15 rolliga (nii sotsiaalpsühholoogilised kui tegevuslikud rollid). Joonista lehe keskele ring ning kirjuta sinna sisse oma nimi. Aseta rollid kaardile nii, et rolli kaugus sinu nimest näitab rollide sagedust või olulisust.

Iga rolli juures küsi endalt järgnevat:

* **Miks** ma selles rollis olen? Miks on minu jaoks oluline selles rollis olla?
* **Mida** minult selles rollis **oodatakse**?
* **Mis** on see üks asi, mille tegeminevõimaldab mul selles rollis oluliselt paremaks saada või paremaid tulemusi saavutada?

Iga rolli juurde lisa märksõnadena vastused nendele kolmele küsimusele. Esimene pähe tulev vastus on enamasti õige, seega kui jääd toppama, siis lihtsalt kirjuta see, mis on meelel.

Tähista oma kaardil ära:

* Ülearenenud rollid – need, mida täidetakse liiga sageli, mis liiga kergesti kipuvad „peale tulema“
* Vähearenenud rollid – need, mida täidetakse enda arvates liiga harva, mille jaoks jääb vähe aega
* Normaalselt arenenud rollid – need, mida täidetakse sobival määral; rollid, mida täidan siis, kui ise tahan
* Määratle, milline neist rollidest on praegu kõige olulisem
* Küsi endalt, millistele rollidele saaksid vähem tähelepanu pöörata või äkki mõnest isegi loobuda

Lisaks mõtle välja vähemalt 3 rolli, mida sul üldse pole, aga mida sa tahaksid välja arendada (nn. puuduvad, veel sündimata rollid) ja kirjuta need kaardi allaserva.