

Kiitollisuusharjoitus (Wenström, 2020, 324)



Nimeä kolme asiaa, joista olet erityisen kiitollinen juuri nyt. Perustele!



Nimeä kolme ihmistä, joita kohtaan tunnet juuri nyt. Perustele, ja jos mahdollista, kerro tai viestitä tämä kiitos myös ko. henkilöille itselleen!



Mikä tapahtuma menneisyydessä tuntui sillä hetkellä epäonnistumiselta tai kriisiltä, mutta osoittautui arvokkaaksi oppimiskokemukseksi tai siitä seurasi muita hyviä asioita?



Mitä myönteisiä ja innostavia asioita odostat seuraavan kuukauden aikana tapahtuvaksi?