

Minussa on hyvää

Vahvuuksilla tarkoitetaan kaikkia niitä hyviä asioita, joita meissä on. Ne voivat olla luonteenpiirteitä, kuten ”iloisuus” tai ”sinnikkyys” tai toimintatapoja, kuten ”toisten huomioiminen”. Omien vahvuuksien pohtiminen tukee itsetuntoa, antaa meille itsevarmuutta ja auttaa tekemään valintoja esimerkiksi opintojen tai työpaikan suhteen. Kaikissa meissä on paljon hyvää, myös sinussa!

OHJEET

Kirjoita etunimesi ylhäältä alas. Kirjoita jokaisen kirjaimen kohdalle sinua ja vahvuuksiasi kuvaava myönteinen sana tai sanapari, joka alkaa samalla kirjaimella, esim. R = Rauhallisuus

Soimaatko itseäsi
herkästi? Mitä jos
suhtautuisitkin
itseesi lempeästi ja
kannustaen?

Nimesi Vahvuutesi
