

Parasta minussa?

**Huomaatko hyviä asioita itsessäsi ja elämässäsi?
Tämä harjoitus auttaa sinua huomaamaan niitä.**

Vasemmanpuoleisen kukan terälehdillä on kysymyksiä. Voit vastata niihin oikeanpuoleisen kukan terälehdille ja kirjoittaa pohdintoja itsestäsi. Jos tila ei riitä, kirjoita lisää kukan ympärille.

Tehtävästä voi keskustella ensin parin kanssa. Sen jäl-keen voidaan jakaa ryhmässä keskeisimpiä harjoituksen herättämiä ajatuksia.

Parasta minussa

