



Voimavara-aurinko -harjoitus

Piirretään paperille voimavara-aurinko ja siihen säteitä. Auringon keskelle voi kirjoittaa "HYVÄ MINÄ". Säteisiin kirjoitetaan erilaisia voimavaroja, yhteen säteeseen aina yksi voimavara.

1. Mitä taitoja, kykyjä ja positiivisia ominaisuuksia sinulla on?
2. Mitä taitoja, kykyjä ja positiivisia ominaisuuksia kaverisi näkee sinussa?
3. Kirjoita auringon seuraaville säteille ihmisten nimiä, jotka ovat elämässäsi voimavaroja. Esim. perheenjäsenet, ystävät, työkaverit jne. Halutessasi kirjoita kuinkin ihmisen kohdalle merkintä, millä tavalla ja missä mielessä hän on sinulle voimavara.
4. Keksisikö kaveri vielä jonkun henkilön, jonka nimi kuuluisi auringon säteeseen?
5. Muut asiat voimavarana. Me ammennamme voimaa ja tukea elämäämme hyvin monesta asiasta: kulttuurista, tiedotusvälineistä, harrastuksista, kotieläimistä, taiteesta, uskonnosta tms.
6. Pyydä kaverilta vinkkiä.
7. Mistä unelmoit?

Voimavara-aurinko

POSITIIVISET
OMINAISUUDET

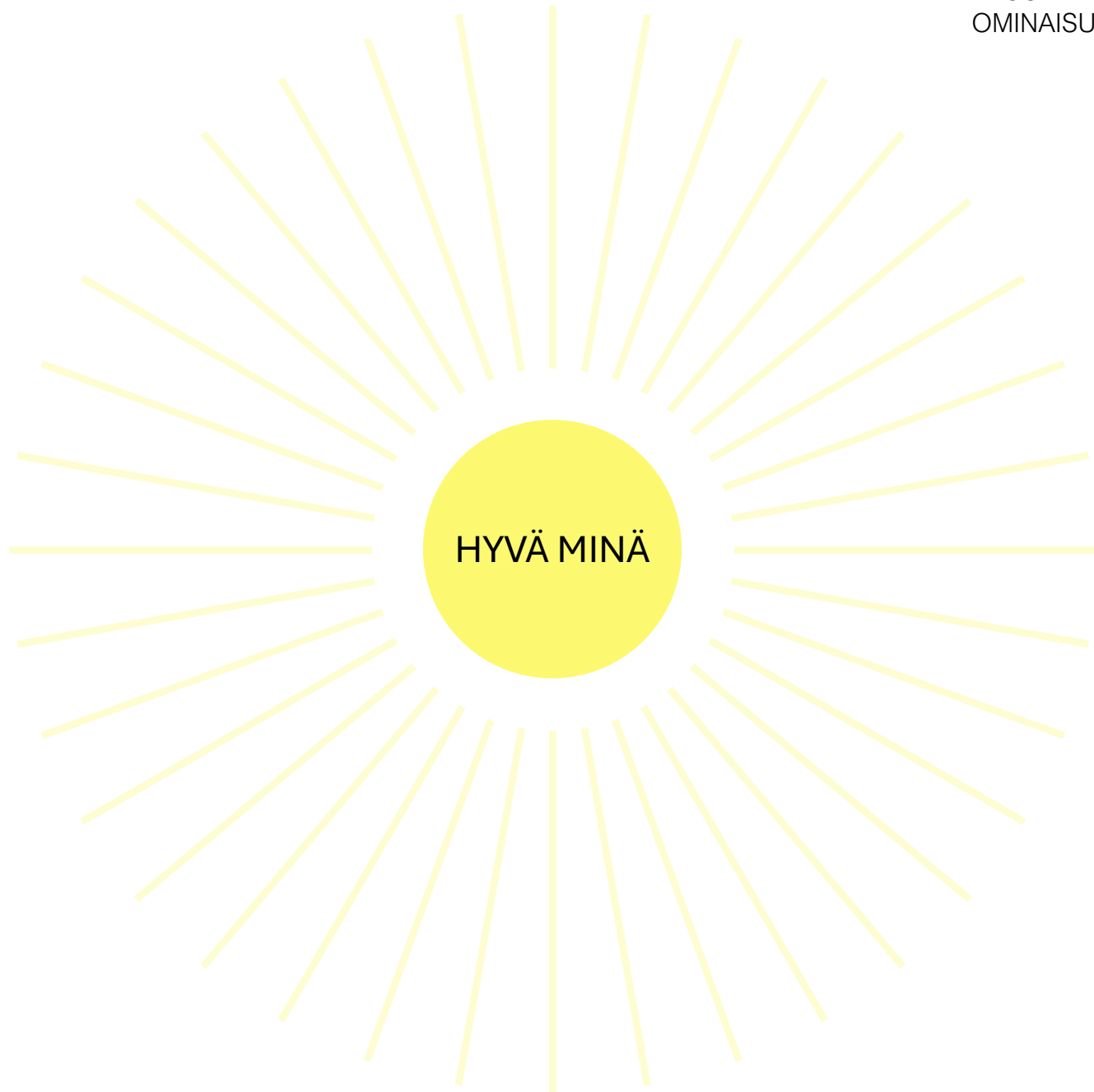
KYVYT

TAIDOT

UNELMAT

MUUT ASIAT
VOIMAVARANA

IHMISET
VOIMAVARANA



Voimavara-aurinko

UNELMAT

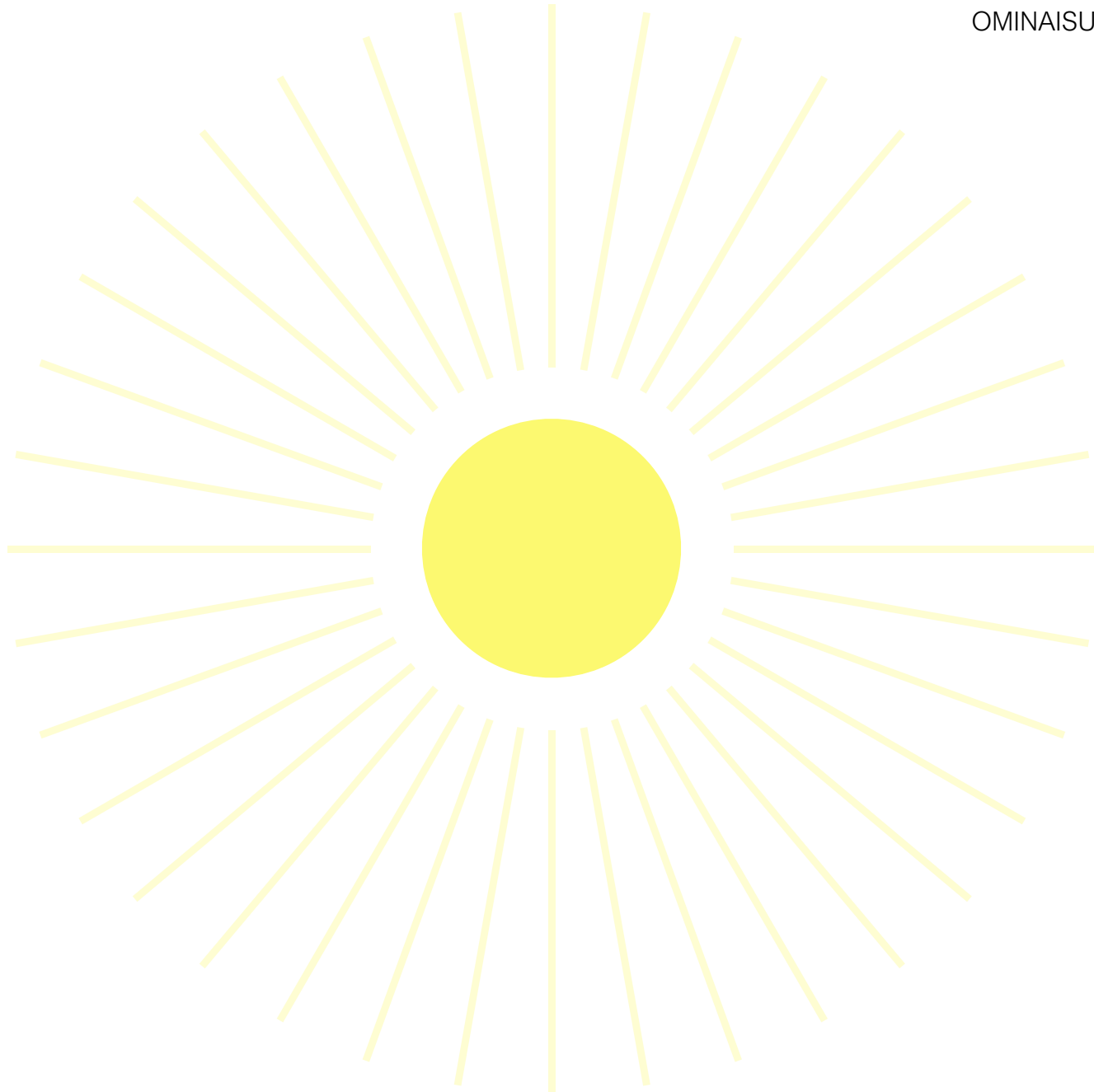
POSITIIVISET
OMINAISUUDET

KYVYT

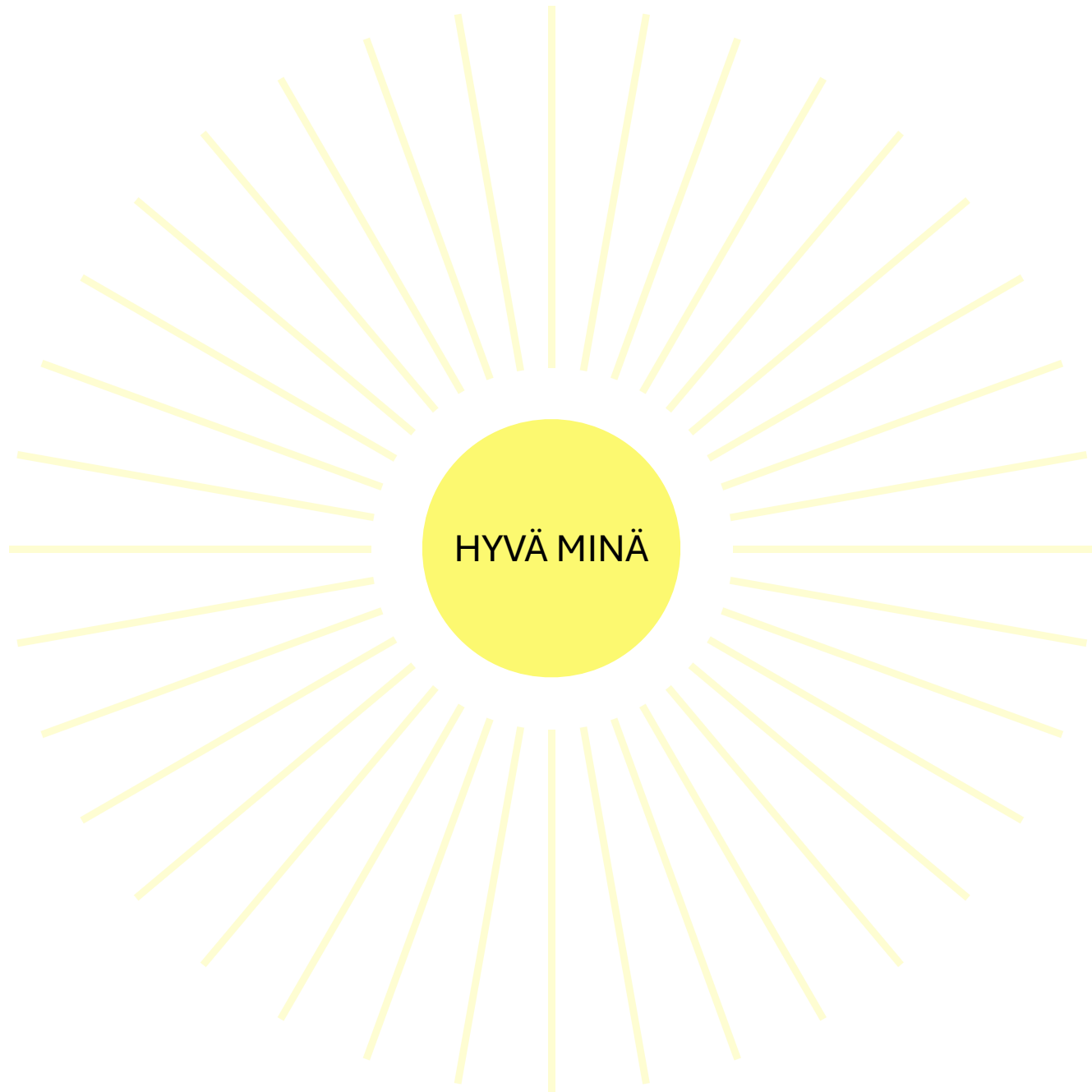
TAIDOT

MUUT ASIAT
VOIMAVARANA

IHMISET
VOIMAVARANA



Voimavara-aurinko



Voimavara-aurinko

