

Σκέφτομαι Θετικά

Είμαι ευγνώμων για:

- ✓ Αυτά τα talέντα που έχω:

.....

- ✓ Για αυτούς τους ανθρώπους που με κάνουν να νιώθω ωραία με τον εαυτό μου:

.....

- ✓ Για αυτά τα πράγματα που μου συνέβησαν φέτος:

.....

- ✓ Για αυτές τις εφευρέσεις:

.....

- ✓ Για αυτές τις διακοπές που πήγα:

.....

- ✓ Για αυτά τα φαγητά που μου αρέσουν:

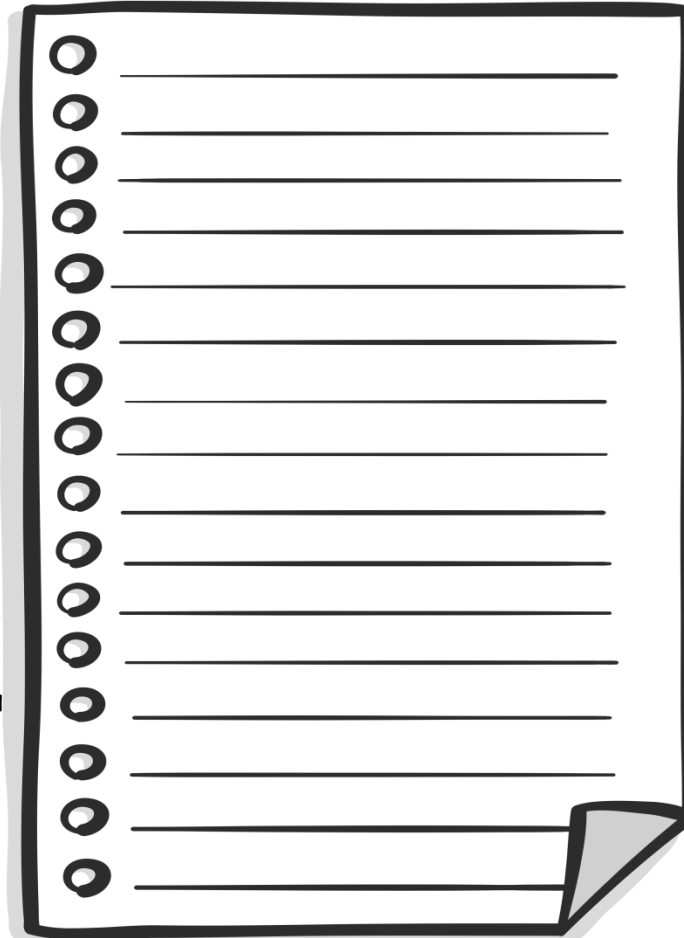
.....

- ✓ Για αυτά τα πράγματα που βρίσκονται στη φύση:

.....

Αναμνήσεις που με κάνουν να νιώθω χαρά

(αφηγήσου την πιο ωραία σου ανάμνηση)



Θετικές εμπειρίες

(γράψε για τις στιγμές που έδειξες τα πιο κάτω χαρίσματά σου)

Έδειξα:

- ✓ ΘΑΡΡΟΣ όταν :
- ✓ ΕΥΓΕΝΕΙΑ όταν :
- ✓ ΑΓΑΠΗ όταν :
- ✓ ΑΝΙΔΙΟΤΕΛΕΙΑ όταν :
- ✓ ΣΟΦΙΑ όταν :
- ✓ ΑΠΟΦΑΣΙΣΤΗΚΟΤΗΤΑ όταν
- ✓ ΧΑΡΑ όταν :
- ✓ ΕΝΣΥΝΑΙΣΘΗΣΗ όταν
- ✓ ΑΠΟΔΟΧΗ όταν:



