

Hei sinä!

Meistä ihan jokaisella on lukuisia vahvuuksia, joista palautteen saaminen kohottaa mielialaa ja antaa tunteen omasta merkityksestä!

Yhtä totta on se, että voisimme yhä useammin ja rohkeammin katsoa ITSE omaa tarinaamme myönteisen kautta ja iloita onnistumisistamme ja saavutuksistamme.

Näissä hetkissä olemme todellakin käyttäneet ydinvahvuuksiamme!

Kaisa

Positiivisen pedagogiikan kehittäjä ja tutkija
Kaisa Vuorinen kannustaa osallistumaan Ikäopiston
Anna Vartti vahvuuksille – kampanjaan!



Pohdi hetki omia vahvuuksiasi ja täydennä sitten seuraavat lauseet:

Minun vahvuksiani ovat:

_____.

Olen huomannut, että onnistun

_____ ja
_____, kun toimin
vahvuuksillani.

Koska minussa on paljon

_____ ja
_____, näen itseni
tulevaisuudessa tekemässä monia merkityksellisiä asioita
ja ilahduttamassa näin kanssaihmissiä!

©Kaisa Vuorinen

Nyt tee sama myös muutamalle
kanssaihmiselle!

Täydennä lauseet heidän vahvuuksillaan
ja kerro ääneen havaintosi. Tulet
huomaamaan, miten positiivinen kehu on
kuin lahja, joka voitelee ilmapiiriä ja tuo
meistä jokaisesta esiin mielensähyvittäjän!

Kaisa Vuorinen teki tämän
vahvuustehtävän Ikäopiston
Anna Vartti vahvuuksille –
kampanjaan.



#vahvuusvartti



Ikäinstituutti

IKÄOPISTO
Mielen hyvinvoinnin taitopankki