

VAHVUUKSIEN VIIKKO

Vahvuuksien viikolla keskitytään ydinvahvuuksiisi.

Valitse käsittelyyn viisi ydinvahvuuttasi, jotka sait selville VIA-luonteenvahvuustestillä. Voit myös halutessasi valita vahvuustaulukosta sinua parhaiten kuvaavat viisi luonteenvahvuutta ja tehdä tehtävän niiden kautta.

Valitse yksi vahvuus jokaiselle arkipäivälle. Keskity päivän aikana huomaamaan tilanteita, joissa vahvuutesi näkyy. Voit myös asettaa itsellesi tavoitteen miten haluat käyttää vahvuutta. Millaisissa tilanteissa vahvuutesi tulee esiin? Miltä vahvuuksien käyttäminen tuntuu ja mitä ajatuksia herättää. Kirjoita päivän päätteeksi huomioitasi vahvuuksistasi.

MAANANTAI

Tänään keskityn _____ (vahvuus).

Minussa tämä vahvuus näkyy erityisesti
_____ (kuvaile miten).

Päivän päätteeksi kirjoita kolme havaintoa vahvuuden käyttämisestä:

- 1.
- 2.
- 3.

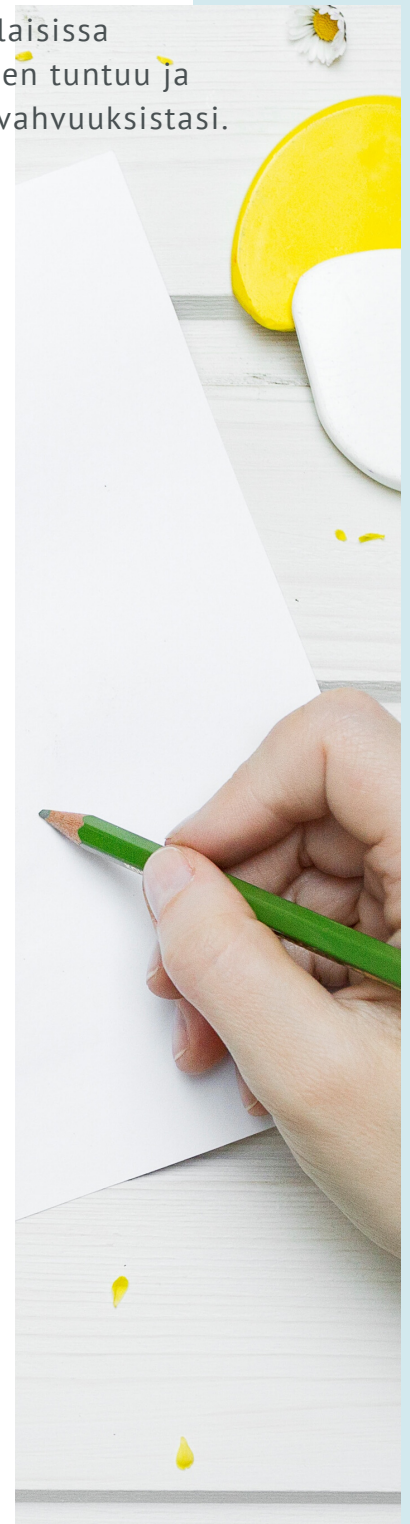
TIISTAI

Tänään keskityn _____ (vahvuus).

Minussa tämä vahvuus näkyy erityisesti
_____ (kuvaile miten).

Päivän päätteeksi kirjoita kolme havaintoa vahvuuden käyttämisestä:

- 1.
- 2.
- 3.



VAHVUUKSIEN VIIKKO

KESKIVIIKKO

Tänään keskityn _____ (vahvuus).

Minussa tämä vahvuus näkyy erityisesti
_____ (kuvaile miten).

Päivän päätteeksi kirjoita kolme havaintoa
vahvuuden käyttämisestä:

- 1.
- 2.
- 3.

TORSTAI

Tänään keskityn _____ (vahvuus).

Minussa tämä vahvuus näkyy erityisesti
_____ (kuvaile miten).

Päivän päätteeksi kirjoita kolme havaintoa
vahvuuden käyttämisestä:

- 1.
- 2.
- 3.

PERJANTAI

Tänään keskityn _____ (vahvuus).

Minussa tämä vahvuus näkyy erityisesti
_____ (kuvaile miten).

Päivän päätteeksi kirjoita kolme havaintoa
vahvuuden käyttämisestä:

- 1.
- 2.
- 3.

