

Minun näköiseni, riittävän hyvä elämä*

Oman näköinen, mielekäs elämä on mahdollista kivusta huolimatta.
Sellainen elämä koostuu osa-alueista, jotka on yksitellen mahdollista laittaa sellaiseen kuntoon, että ne omalta osaltaan tukevat päämäärän saavuttamista.

Tässä on erään ihmisen ”palapeli”. Seuraavalla sivulla on sama kuva ilman tekstejä. Täytyä se omannäköiseksi. Voit tulostaa sivun, nimetä omat ”palasesi” ja lisätä laatikoita, jos haluat.

Päämääräni



Romanttinen ilta puolison kanssa kerran kuussa

Pyydän perheenjäseniltä enemmän apua kotitöissä



Perhe

Pidän työpaikalla yllä hyvää fiilistä

Vapaapäivinä en tee töitä enkä mieli työasioita



Työ

Pidän huolta itsestäni

Opettelen rentoutumaan



Minä

Järjestän kesäjuhlat

Kilautan kaverille kerran viikossa



Ystävät

Luen enemmän



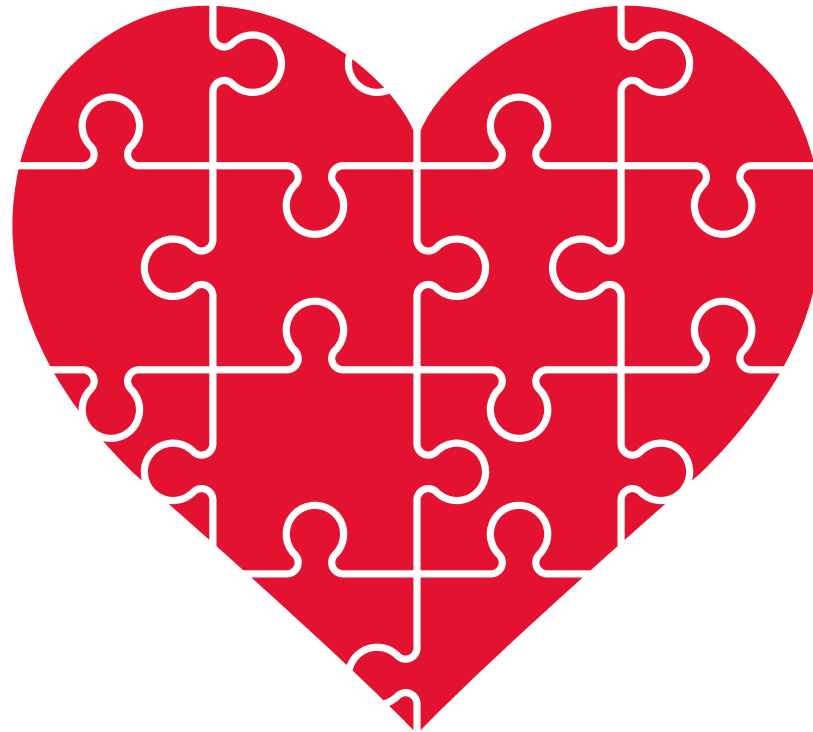
Harrastukset

Osallistun työväenopiston nikkarointikurssille

*Perustuu Helena Mirandan Ota kipu haltuun -materiaaleihin

Minun näköiseni, riittävän hyvä elämä*

Päämääräni



Two empty rectangular boxes with dotted borders, connected by a dotted line to a puzzle piece on the left.



Two empty rectangular boxes with dotted borders, connected by a dotted line to a puzzle piece on the right.



Two empty rectangular boxes with dotted borders, connected by a dotted line to a puzzle piece on the left.



Two empty rectangular boxes with dotted borders, connected by a dotted line to a puzzle piece on the right.



One empty rectangular box with a dotted border, connected by a dotted line to a puzzle piece below it.

One empty rectangular box with a dotted border, connected by a dotted line to a puzzle piece above it.

*Perustuu Helena Mirandan
Ota kipu haltuun -materiaaleihin