

MASENNUKSEN OMAHOITO

Arvot suunnan näyttäjinä

Arvot liittyvät eri elämäntilanteisiin. Käy läpi seuraavia kohtia ja kirjaa ylös minkälaisia arvoja sinulla liittyy eri asioihin. Pohdi samalla toimitko tällä hetkellä arvojesi mukaan.

Perhe: _____

Parisuhde: _____

Ystävyysuhteet: _____

Vapaa-ajan vietto: _____

Työ ja opiskelu: _____

Itsensä kehittäminen: _____

Yhteiskunnallinen osallistuminen: _____

Esteettisyys: _____

Henkisyys/yhteys johonkin laajempaan: _____

Vakaus/Turvallisuus: _____

Uusien kokemusten saaminen: _____

Terveys: _____

Muu, mikä? _____
