

Elämän jana

Ota iso paperi ja piirrä siihen viiva.

Merkkaa viivalle pisteet elämästäsi viiden vuoden välein tähän päivään saakka.

Kirjoita jokaisen elämän jakson kohdalle se mitä muistat/tiedät elämästäsi tuolloin.

Kirjoita kaikki isot tapahtumat.

Kirjoita millaista elämäsi oli noissa kohtaa.

Kirjoita millainen olit.

Päätä nykyhetkeen ja katso mikä on johtanut tähän hetkeen, sinuun sellaisena kuin olet.

Merkkaa sitten vielä viisi vuotta tulevaisuuteen ja kirjoita siihen kohtaan missä olet, millainen, olet, millaista on elämäsi.