

Aarrekartta - Unelmien ja toiveiden näkyväksi tekeminen.

Aarrekartta (tunnetaan myös nimellä unelmakartta) auttaa hahmottamaan, mikä on sinulle tärkeää nyt ja tulevaisuudessa.

Käytä isoa paperia (esim. A3) tai kartonkia

Leikkaa lehdistä kuvia tai sanoja, jotka puhuttelevat sinua – tai piirrä ja kirjoita itse

Liimaa ne paperille omalla tavallasi – kartta on juuri sinun näköisesi

Valitse mukaan asioita, joita toivot elämäsi: konkreettisia (esim. koti, ihmissuhteet) ja/tai symbolisia (rauha, ilo, merkityksellisyys)

Anna kartallesi nimi, jos haluat

Mieti lopuksi:

"Miltä elämäni tuntuisi, jos nämä asiat olisivat totta?"

"Mikä voisi olla pieni ensimmäinen askel kohti jotakin tästä?"

