









هيا نملأ الزجاجه بـ:



	أشعر بالسعادة عندما...
	أشعر بالحزن حين...
	أغضب حين ...
	أتغلب على الصعوبات ...
	أحبّ أن أقول شكرًا لـ...
	الأشياء التي أقلق أو أخاف منها ...
	أتغلب على مخاوفي...
	أنا فخور بنفسي لأنني ...
	هذا الأسبوع قمت بمساعدة ...
	أمور تجعلني أشعر بالاطمئنان ...
	عمل قمت به وأحبّ أن أشارككم به ...

	عمل أحبّ أن أقوم به خلال الأسبوع القادم ...
	تلقيت المديح من لأنني
	اشتقت لـ...
	أثق بـ...
	معظم الوقت أشعر بـ...
	لدي فضول لمعرفة ...
	أمنيّتي هي ...
	رسالة أحبّ ان أوجهها للآخرين ...