

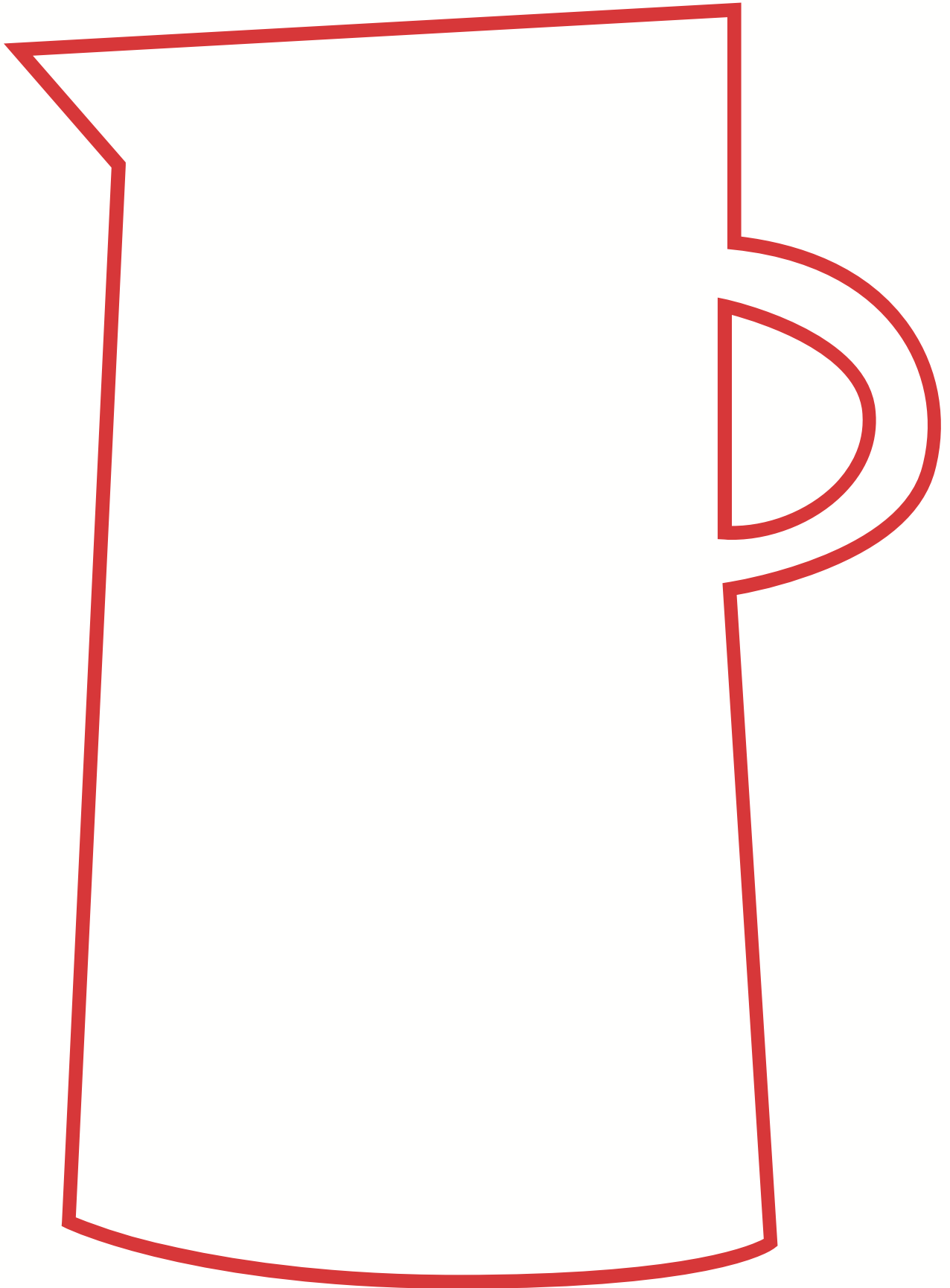


**Ta Książeczka  
wdzięczności  
należy do**



# MÓJ DZBAN WDZIĘCZNOŚCI

Jestem wdzięczny/wdzięczna za:





# Kartka z podziękowaniem

Pomyśl o kimś, kto ostatnio zrobił dla Ciebie coś miłego. Mogą to być Twoi rodzice, babcia, dziadek, kolega / koleżanka ze szkoły. Napisz do tej osoby parę słów w ramach podziękowania za miłe zachowanie wobec Ciebie. Możesz nawet do niej wysłać swoją gotową kartkę z podziękowaniem. Nawet nie wiesz jaką radość sprawisz kiedy będzie czytać Twoje słowa.

Drogi/Droga.....

(imię osoby)

Bardzo dziękuję Ci za:

.....

.....

.....

.....

.....

Z wdzięcznością.....

(Twoje imię)

# Jestem wdzięczny/wdzięczna za to kim jestem

I. Napisz 5 rzeczy, które lubisz w sobie



.....

.....

.....

.....

.....

2. Napisz co ostatnio zrobiłeś/zrobiłaś z czego  
jesteś dumny/dumna

.....

.....

3. Napisz w czym jesteś dobry/dobra co Cię  
bardzo cieszy

.....

.....

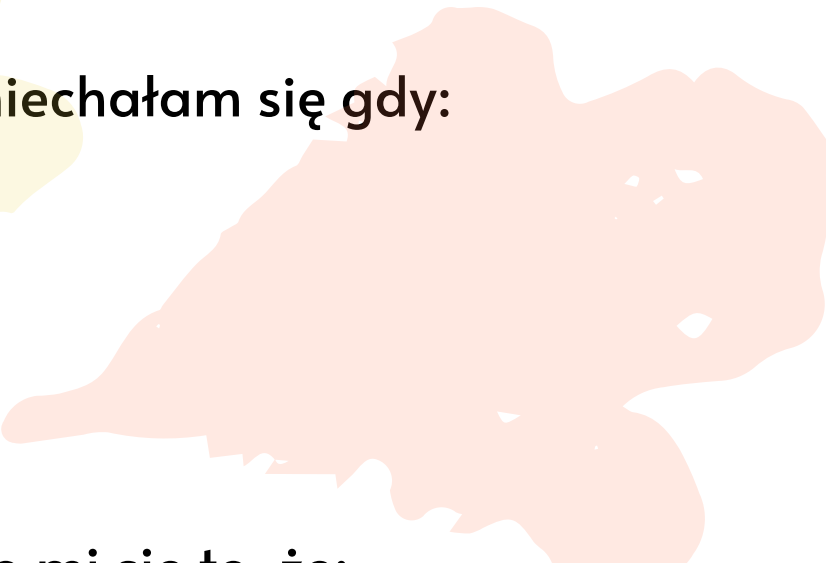
# Dzisiaj był wspaniały dzień!



1. Dzisiaj jestem wdzięczny/wdzięczna za:



2. Dzisiaj uśmiechałem/uśmiechałam się gdy:



3. Dziś najbardziej podobało mi się to, że:

4. Jutro będzie jeszcze lepszy dzień, ponieważ:



# Czuję wdzięczność dla innych

Doceniam.....

(imię osoby)

ponieważ.....

(powód)

.....

.....

.....

.....

Kocham.....

(imię osoby)

ponieważ.....

(powód)

.....

.....

.....

.....

Lubię .....

(imię osoby)

za .....

(powód)

.....

.....

.....

.....

Jestem  
wdzięczny/a.....

(imię osoby)

ponieważ.....

(powód)

.....

.....

.....

.....