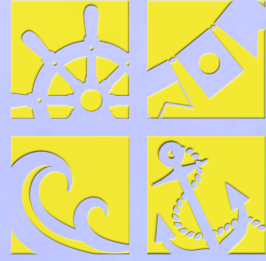


SataMieLo



Ryhmäkehutus

Kokoontukaa yhteen niin, että kaikki näkevät toisensa.

Esittäkää jokainen vuorollaan kehuttavalle jokin asia, jota ihailette hänessä.

Huolehtikaa, että kaikki sanovat toisistaan jotakin ja että kaikki tulevat kehuiksi!

Unohtakaa turha vaatimattomuus toista keuhuttaessa ja uusikaa harjoitus riittävän usein. Harjoittelu tekee mestarin!

Tiimisi hyvinvointi riippuu myös sinusta. Muista siis kehua itseäsikin riittävän usein!

(Manka & Manka 2018. SataMieLo-hankkeessa sovellettuna)



Euroopan unioni
Euroopan sosiaalirahasto

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



| Merilogistiikan tutkimuskeskus