

Messages-guide pour un journal de gratitude

Une personne que je suis contente d'avoir dans ma vie.

Un endroit où je me sens en sécurité.

Un souvenir qui me fait sourire.

Un accomplissement dont je suis fière.

Un livre que j'aime lire.

Ma chanson préférée qui me rend de bonnes humeurs.

Une leçon de vie que j'ai apprise.

Mon trait préféré de ma personnalité.

Une habileté dont je suis bonne.

Une personne qui me fait rire.

Quelque chose que j'ai créé que je suis fière.

Une de mes meilleures journées.