



MIHINKÄ SITÄ KOTOAAN MUUTTAISI? "Olin jo tottunut ajatukseen, että kotimme on tämä nykyinen. Muutoksia en juuri kaivannut, toiveet olivat toteutuneet. Eräänä päivänä vaimoni yllätti minut sanomalla, että hän haluaa suunnitella tulevaa ennen kuin minusta aika jättää, koska ei halua kohdata muutoksia yksin!"

## Tee-se-itse asumissuunnitelma: tehtävä # 3 Esteiden tunnistaminen ja käsittely



"Joskus on ehkä tehtävä muutoksia asumisen suhteen, MUTTA..." On tärkeää tunnistaa, mitkä ajatukset estävät minua tekemästä muutoksia asumiseeni, vaikka samalla haluaisin, että arkeni olisi toimivaa myös ikäni karttuessa...

**HARJOITUS.** Kirjaa esteesi post-it-lapuille. Pohdi, mihin ne perustuvat - mitä oikeastaan löytyy esteidesi takaa? Ryhmittele esteet esim. alla olevien pääotsikoiden alle.

### SAAennakoida!



- tiedon puute
- arvotan läheisteni tarpeita eri tavalla kuin omiani
- pelko
- yksin pärjäämisen ihanne
- asioiden lykkääminen
- realismin puute
- vastuun siirtäminen muille
- joku muu, mikä \_\_\_\_\_

Jos esteesi takana on esim. tiedon puute, mitä aiot tehdä?