五分鐘日記

日期 _____

☼ 上午

我感恩的是

1. _____
2. _____
3. _____

什麼能讓今天更美好？

1. _____
2. _____
3. _____

自我肯定

_____

_____

☾ 晚上

今天發生的三件很棒的事

1. _____
2. _____
3. _____

今天怎樣可以更好？

_____

_____