**Cykl: „Lubię siebie - lubię innych”.**

Źródło: Internet

**Wzmacniaj w dziecku pozytywne myślenie o sobie**

**i o swoich umiejętnościach!**

**Materiały do zabawy dla Małych i Dużych.**

*https://epedagogika.pl/*

**Drodzy Rodzice**, proponuję ćwiczenia dla dzieci, w których będą mogły przyjrzeć się swoim cechom, preferencjom i mocnym stronom czyli zaletom. Będą mogły pomyśleć także o innych osobach, o tym za co je lubią i cenią!

Wiele umiejętności, które posiadamy wydają się zwykłe i przeciętne. Tymczasem dzięki nim jesteśmy samodzielni w różnych dziedzinach życia i w ten sposób stajemy się autonomiczni. To, że potrafimy siedzieć prosto przy stole nie wzbudza w nas zachwytu, ale to właśnie ta umiejętność pozwala młodemu człowiekowi wykonywać wiele czynności samodzielnie np. pracować przy biurku, uczestniczyć w uroczystościach i zajęciach zorganizowanych.

Doceńmy swoje umiejętności! Doceńmy umiejętności innych ludzi!

W ten sposób wzmacniamy pozytywne myślenie o sobie i o innych, a w konsekwencji budujemy pozytywne relacje w gronie najbliższych!

Ćwiczenia *„Lubię siebie”* i *„Drzewo lubienia”* proponowane są dzieciom w ramach zajęć rozwijających kompetencje emocjonalno-społeczne.

Serdecznie zapraszam do wspólnej zabawy i rozmowy z dziećmi.

Anna Wójt - psycholog