

WYZWANIE 1

1. To jestem ja. Moja pozytywna wizytówka/ pozytywny opis siebie.

W pierwszym wyzwaniu zapraszamy Cię abyś przyjrzał się własnej osobie i zastanowił co w sobie lubisz, cenisz, z czego jesteś dumny. Swoje spostrzeżenia możesz uzupełnić pozytywnymi informacjami od osób z najbliższego otoczenia. Zwróć uwagę zarówno na cechy swojego wyglądu, jak i cechy charakteru, pasje, zainteresowania, talenty.

Proponujemy Ci dwie opcje do samodzielnego wyboru.

1. Pierwsza z nich to forma graficzna (np. rysunek) obrazujący Twój portret z uwzględnieniem istotnych cech wskazanych powyżej.
2. Druga forma - opisowa. Zachęcamy, abyś spróbował porównać siebie pod kątem posiadanych cech, umiejętności, wyglądu, np. do wybranej przez siebie osoby, którą cenisz, postaci z bajki, przedmiotu, kwiatu, krajobrazu lub czegoś innego, co przyjdzie Ci do głowy. Liczymy na Twoją kreatywność.

Jestem jak.... ponieważ.... Najbardziej lubię w sobie.... , ale i.....

Podamy Ci kilka przykładów, by łatwiej było Ci zmierzyć się z naszym wyzwaniem:

- “Jestem jak moja mama, ponieważ nawet w trudnej sytuacji zachowuję spokój. Najbardziej lubię w sobie to, że zawsze potrafię znaleźć wyjście z sytuacji.
- Najbardziej lubię w sobie moje oczy, które są błękitne jak niebo w bezchmurny dzień
- Jestem jak czekolada, ponieważ zawsze poprawiam wszystkim humor. Najbardziej lubię w sobie to, że inni dobrze czują się w moim towarzystwie.
- Jestem jak tygrysek z Kubusia Puchatka, ponieważ zawsze mam pełno energii. Najbardziej lubię w sobie to, że zachęcam innych do działania.

Wierzmy, że zechcesz podzielić się z nami swoją pozytywną wizytówką- swoim portretem bądź pozytywnym opisem. Przez cały tydzień czekamy z niecierpliwością na zdjęcia, skany, maile pod adresem:

- olporadnia7@gmail.com
- adpsychologszkolny@gmail.com