



ZADANIE BUDUJĄCE  
POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI

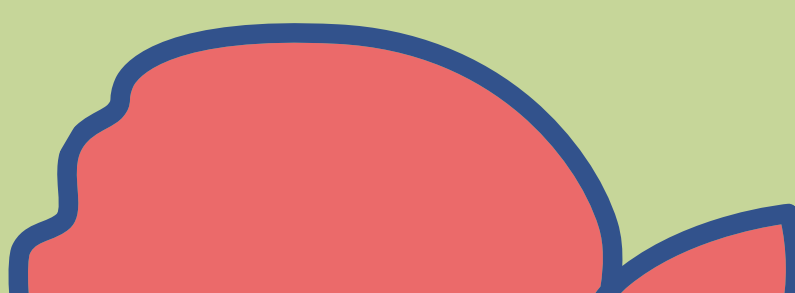


# Dłoń wartości

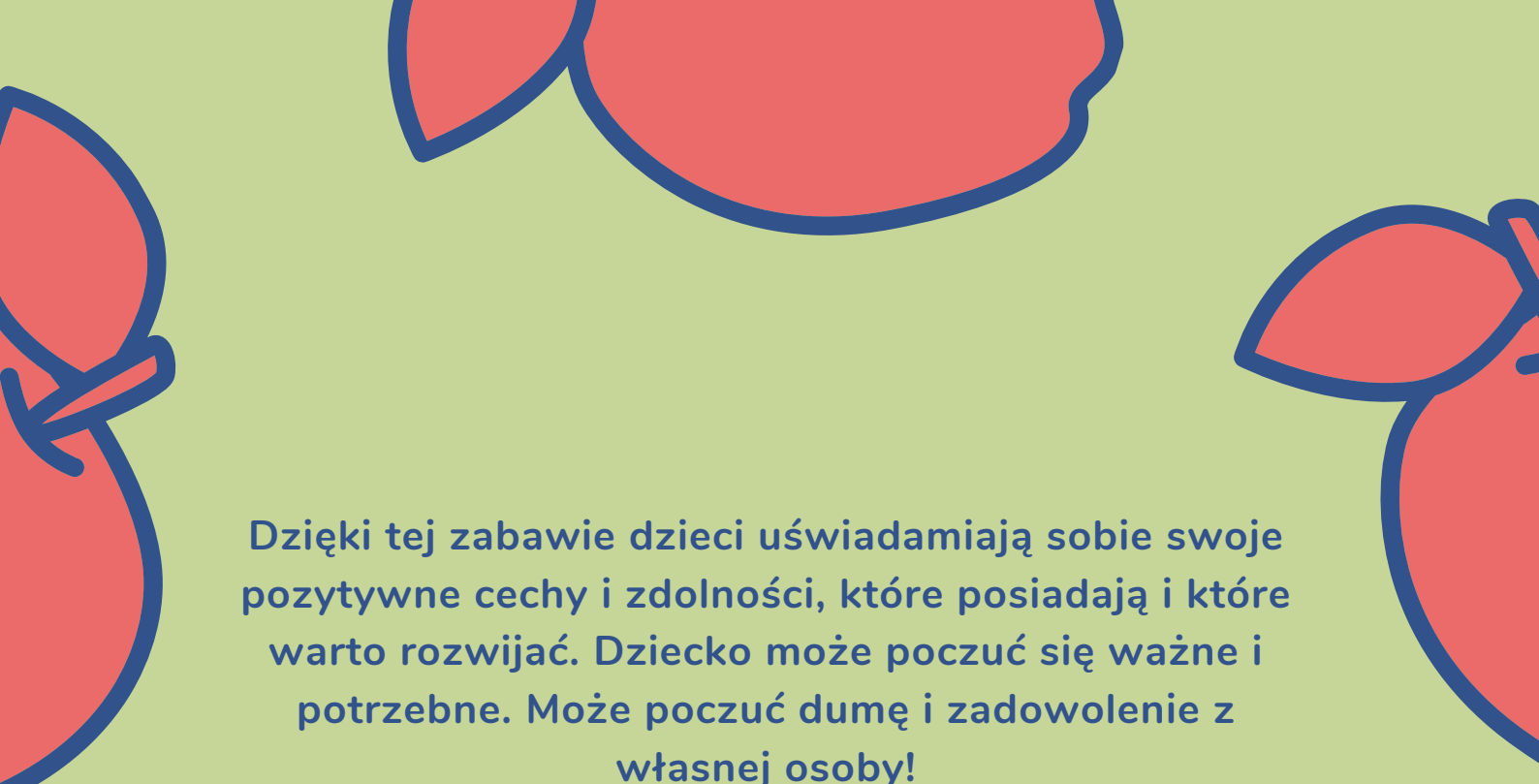
Na kartce dziecko odrysowuje swoje dłonie.

**Następnie w miejsce palców rysuje  
5 rzeczy, które są jego mocną stroną,  
które w sobie lubi, z czego jest dumny.**

Tak uzupełniony rysunek dłoni warto zawiesić w widocznym miejscu, by dziecko mogło przypominać sobie o swoich mocnych stronach w ciągu dnia.

Kiedy dziecko wątpi w swoje umiejętności lub przewiduje swoją porażkę - warto przypomnieć mu, żeby zerknęło na swoją dłoń wartości, gdzie znajdzie pomoc w postaci swoich pozytywnych cech i umiejętności!





Dzięki tej zabawie dzieci uświadamiają sobie swoje pozytywne cechy i zdolności, które posiadają i które warto rozwijać. Dziecko może poczuć się ważne i potrzebne. Może poczuć dumę i zadowolenie z własnej osoby!

W tym zadaniu przyda się pomoc rodzica w poszukiwaniu zalet i umiejętności dziecka. Warto wzmacniać mocne strony dziecka, które są dla niego oparciem w codziennych wyzwaniach. To mocne strony są wsparciem w sytuacji, kiedy chcemy, aby dziecko pracowało nad swoimi trudnościami.

Spróbuj podczas tej zabawy nie mówić dziecku wprost, co ma narysować, a jedynie wspólnie poszukiwać sytuacji, które uwypuklają pozytywne cechy i zdolności dziecka. Pomóż je nazwać, zapytaj czy taka nazwa pasuje, jaki ma pomysł na rysunek. Istotne jest, aby rysunek był zrozumiały dla dziecka i przypominał mu o jego zaletach, nie musi być czytelny dla innych osób. Możesz powiedzieć: "Pamiętasz, jak z babcią podlewałaś kwiaty w ogródku?" albo "Bardzo często dostaję od Ciebie piękne rysunki".