



„ Co to jest poczucie wartości ?”
„ Pomysły na podniesienie poczucia własnej wartości”

*Wyniki sondy przeprowadzonej wśród
uczniów Szkoły Podstawowej nr 9
z Oddziałami Przedszkolnymi
w Inowrocławiu.*

Branie siebie
na poważnie



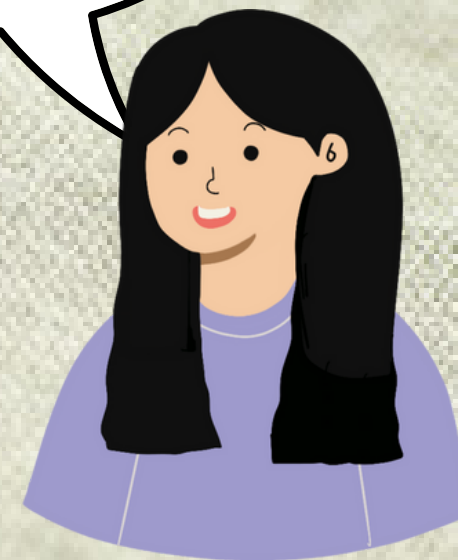
Lubienie
siebie



Akceptowanie
siebie i swojego
wyglądu



Szacunek
dla własnej
osoby



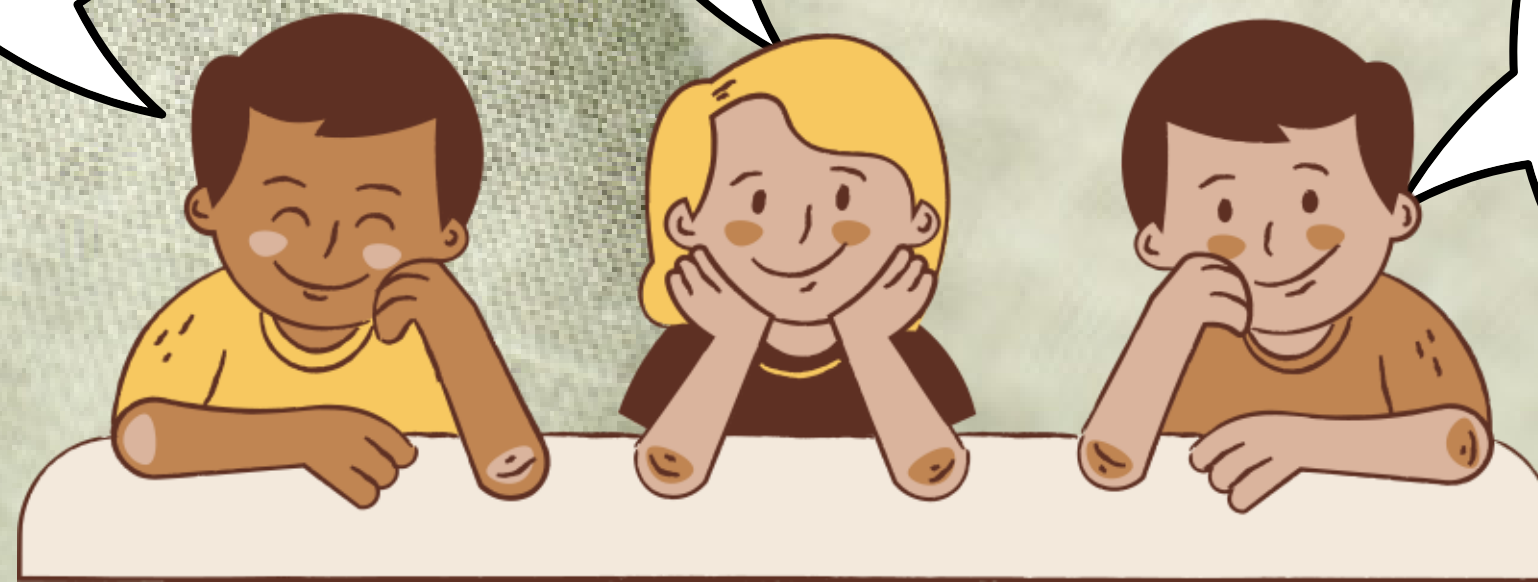
Akceptacja
swoich zalet
i słabości



Nielekceważenie
swoich potrzeb
i uczuć

Wiara w
siebie

Bycie sobą

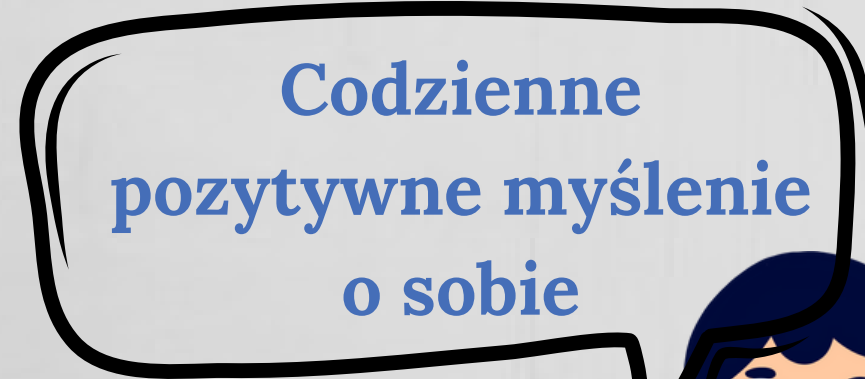
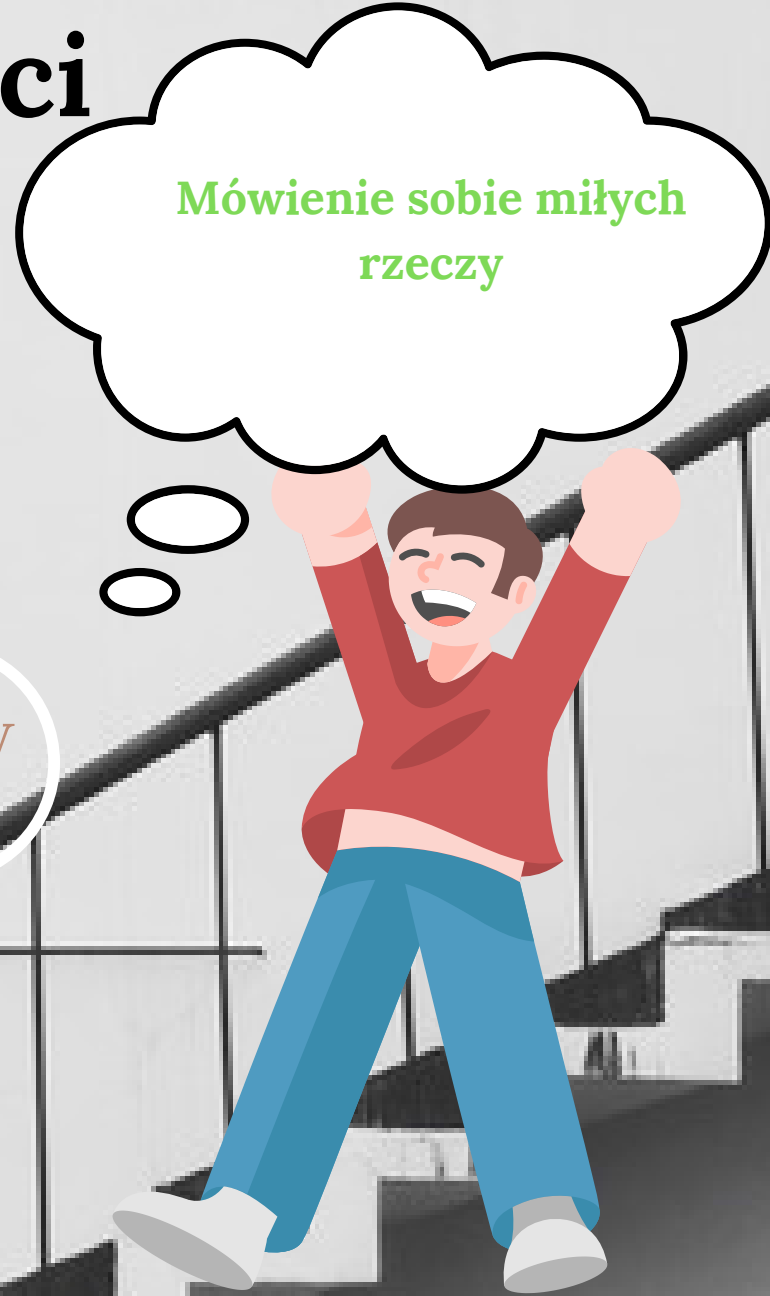


„ CO TO JEST POCZUCIE
WARTOŚCI ?”

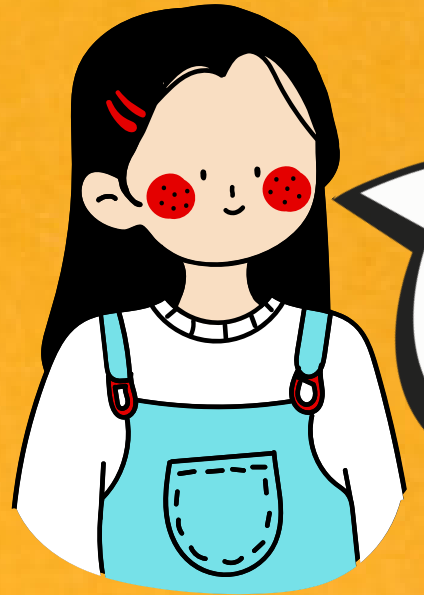
„ CO TO JEST POCZUCIE WARTOŚCI ?”



Pomysły na podniesienie poczucia własnej wartości



Pomysły na podniesienie poczucia własnej wartości



Szukanie swoich mocnych stron

Codziennie zrobić dla siebie coś dobrego



Uśmiechanie się do siebie w lustrze

Nie poddawanie się

Docenianie tego, co się ma

Nie wstydzić się siebie



Rozmowa z bliskimi o swoich sukcesach



Pomysły na podniesienie poczucia własnej wartości

Pamiętać, że
nikt nie jest
doskonały

Mówienie sobie rano: jestem
wartościowy, jestem mocny

Codziennie podsumowanie
swoich sukcesów i osiągnięć

