

Wraz z piękną pogodą,
świecącym wiosennym słońcem za oknem
zachęcam do pozytywnego myślenia i zmiany
schematów 😊



MYŚLIMY POZYTYWNI 😊

1

Jestem zamknięty w domu.

ZMIANA

Jestem bezpieczny w domu.

2

Nie mogę spotykać się z kolegami.

ZMIANA

Ochraniam kolegów i siebie.

3

Tęsknię za zabawą, szkołą, jazdą na rowerze.

ZMIANA

Rozwijam w sobie wdzięczność za zabawą, szkołą, jazdą na rowerze.

4

Myślę ze smutkiem o tym czego nie mogę.

ZMIANA

Myślę z radością o tym co będę mógł robić po epidemii.

