

# 10 KORAKOV DO BOLJŠE

TO SEM JAZ. VERJAMEM V ASE.

PRIREDILA PO PRIROČNIKU NIJZ: BOJANA KVARTUH, MAG.PROF.SOC.PED.

1.

**Spoštujem se in se sprejemam.**

2.

**Postavljam si cilje in si prizadevam, da bi jih dosegel.**

3.

**Sodelujem z drugimi, jih sprejemam, imam prijatelje.**

4.

**Ne izogibam se problemom, poskušam jih reševati.**

5.

**Učim se spopadati s stresom.**

# SAMOPODOBE

TO SEM JAZ. VERJAMEM V ASE.

PRIREDILA PO PRIROČNIKU NIJZ: BOJANA KVARTUH, MAG.PROF.SOC.PED.

6.

Izbiram pozitivne misli.

7.

Prevzemam odgovornost za svoje vedenje.

8.

Zavedam se, da sem edinstven in neponovljiv človek.

9.

Postavim se zase.

10.

Prepoznavam, sprejemam in izražam svoja čustva.