



SŁÓWKO OD PEDAGOGA

DRODZY UCZNIOWIE, ŻYCZĄC WAM UDANEGO DNIA PRZESYŁAM CYTAT:



CHYBA KAŻDY CZŁOWIEK ZNA TO PRZYKRE UCZUCIE, JAKIM JEST STRACH.

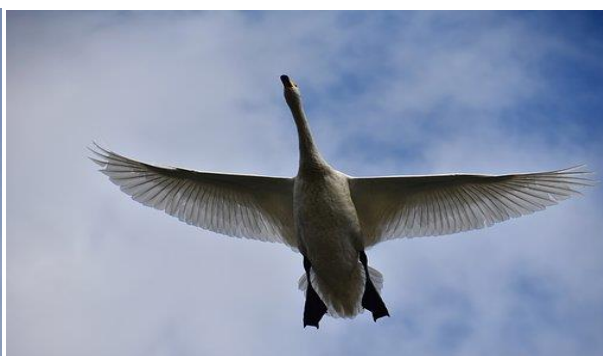
NIKT NIE LUBI GO ODCZUWAĆ. NIESTETY POJAWIA SIĘ NIEPOSTRZEŻENIE, NAJPIERW W NASZYCH MYŚLACH, POTEM STOPNIOWO OGARNIA CAŁE CIAŁO. CZASEM KTOŚ DRŻY, LUB POCI SIĘ ZE STRACHU.

JAK PORADZIĆ SOBIE Z TAKIM OBCIĄŻENIEM? JAK WYRZUCIĆ TEN BALAST?

- 1. ZAMIAST MYŚLEĆ, ŻE SIĘ BOISZ, POMYŚL O CZYMŚ PRZYJEMNYM, O CZYMŚ, CO LUBISZ**
- 2. POWIEDZ DO SIEBIE, NAWET NA GŁOS DOBRE SŁOWO**
- 3. GDY STRACH SIĘ POJAWI IGNORUJ GO**
- 4. KONTYNUUJ CZYNNOŚĆ, KTÓRĄ ROBIŁEŚ ZANIM SIĘ POJAWIŁ**

PRZEKONASZ SIĘ, ŻE SZYBKO ZNIKNIJE. GDY RAZ GO POKONASZ, NASTĘPNYM RAZEM BĘDZIE ŁATWIEJ. WOLNY OD STRACHU MOŻESZ WIĘCEJ. TWÓJ UMYSŁ STAJE SIĘ LOTNY, A MYŚL POGODNA I TWÓRCZA.

WTEDY MOŻESZ SIĘ WZNOSIĆ NAWET PONAD SVOJE MOŻLIWOŚCI.



POZDRAWIAM WAS SERDECZNIE RENATA BARSZNICA- KALINOWSKA