

Každý z nás je vybaven řadou kladných vlastností a dovedností, které nám usnadňují cestu životem. Pomáhají nám vyrovnávat se s problémy a chránit sebe sama.

- 1** Dokážeš si uvědomit silné stránky své osobnosti? Vytvoř si svůj „deštník sebeúcty“. Do jednotlivých polí deštníku napiš kladné vlastnosti a dovednosti, které ti usnadňují život.

Deštník sebeúcty



- 2** Napiš, jakými způsoby můžeš uvedené vlastnosti dále rozvíjet.
