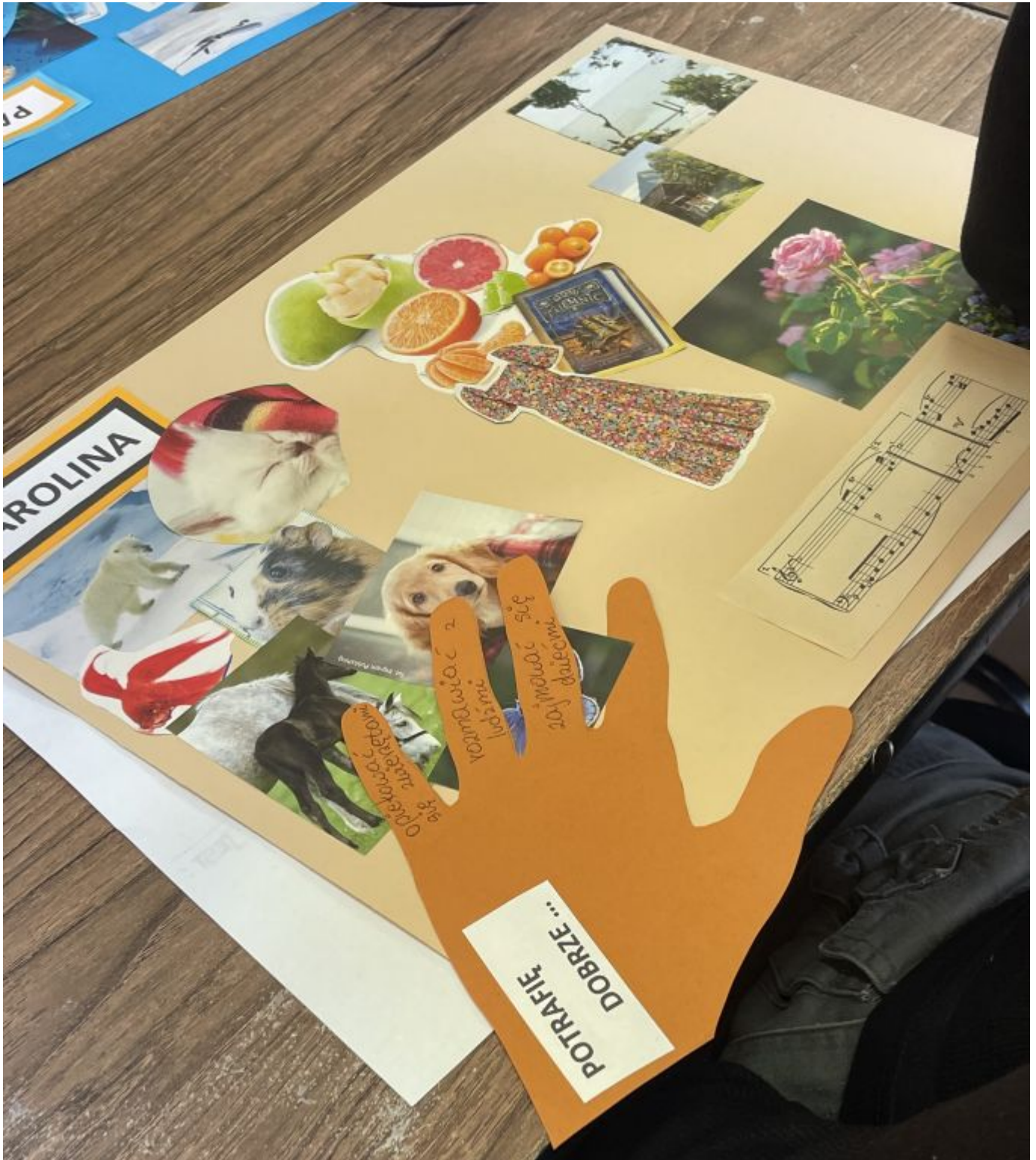


## Lubię siebie, czyli bądź walentynką dla samego siebie - zajęcia w Grodźcu



W nawiązaniu do niedawno obchodzonych walentynek, 17 lutego 2025r. w Filii Bibliotecznej w Grodźcu miało miejsce spotkanie o charakterze biblioterapeutycznym. Zajęcia skierowane były do uczniów klasy 6 z pobliskiej szkoły podstawowej.

Ogólnie, celem zajęć była poprawa postawy w stosunku do samego siebie, co jest kluczowe w odniesieniu do nastolatków, których życie obfituje w codzienne wyzwania. Wysoka samoocena pomaga w radzeniu sobie z przeciwnościami losu i wspiera młodzież w podejmowaniu trudnych decyzji życiowych.

Wprowadzeniem do lekcji była krótka opowiadka pt. *Pięciu nieudanych*, będąca poetycką afirmacją własnych wad. Po przeanalizowaniu przeczytanego tekstu, dzieci wykonywały szereg ćwiczeń socjoterapeutycznych, których zadaniem było zastanowienie się nad samym sobą i poznanie swojego prawdziwego „ja”.

Efektem tych działań było wykonanie własnych map, będących wizualnym zobrazowaniem ich osobowości oraz zalet i pozytywnych cech charakteru.





