

FIȘA DE LUCRU

DENUMIRE TEMĂ: **Atitudinea**

Motto: „Atitudinea este o alegere. Alege să ai o atitudine pozitivă în viață.” - Oana Yucel

Urmărește cu atenție prezentarea temei ”Atitudine” și, în paralel, completează fișa de mai jos, cu răspunsurile potrivite ție, selectate sau adăugate:

Nr. crt.	Întrebarea	Răspuns
1.	Ce poți sa-ti spui zilnic când te privești în oglindă, pentru a avea o atitudine pozitivă?	
2.	Ce înseamnă atitudinea pentru tine?	
3.	Împărtășește 3 metode prin care îți poți îmbunătăți atitudinea.	
4.	Ce poți face pentru a susține un coleg să-și îmbunătățească atitudinea?	
5.	Ce le vei împărtăși părinților legat de o atitudine ideală pentru tine?	
6.	Care este cea mai valoroasă idee cu care ai rămas?	

7.	Când, cum și unde vei aplica ce ai învățat?	
8.	Ce lucru poți face de astăzi pentru a avea o atitudine mai bună în viață?	

Exercițiu :



Fă o lista cu toate calitățile tale potențiale. Începe cu minim 5 și nu te opri până când nu ai ajuns la 100 de lucruri pozitive despre tine.

Poate fi provocator, însă indiferent dacă îți ia câteva minute, ore, zile sau săptămâni, nu te lăsa până nu ai lista completă. Poți întreba și un prieten, coleg, profesor, părinte, să te ajute și să-ți spună ce calități văd și ei la tine.

Vei observa că, pe măsură ce începi să faci lista, vei descoperi din ce în ce mai multe calități ale tale.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

NU UITA!!!

Poți alege ca în fiecare zi să te simți din ce în ce mai bine, să ai energia necesară de a dezvolta orice proiect dorești și să fii cea mai bună versiune a ta!