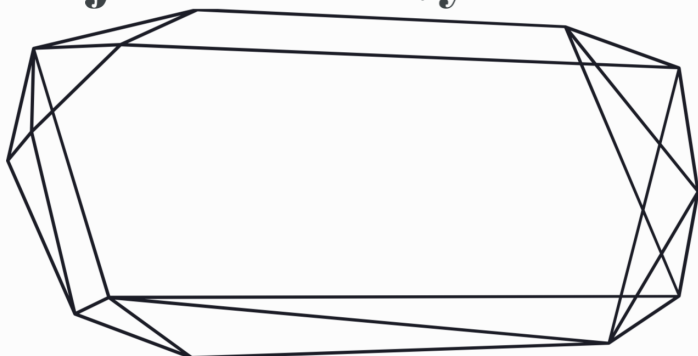


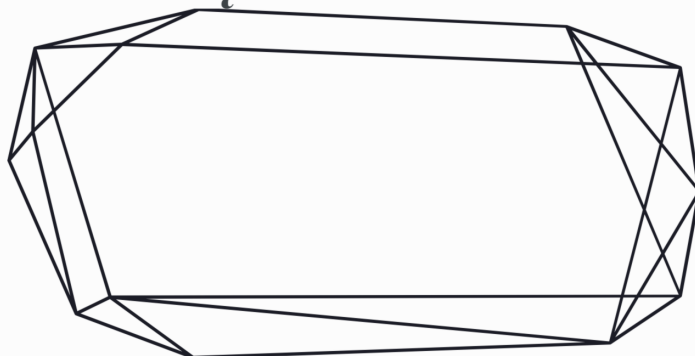
MAM MOC

wzmacniam poczucie własnej wartości

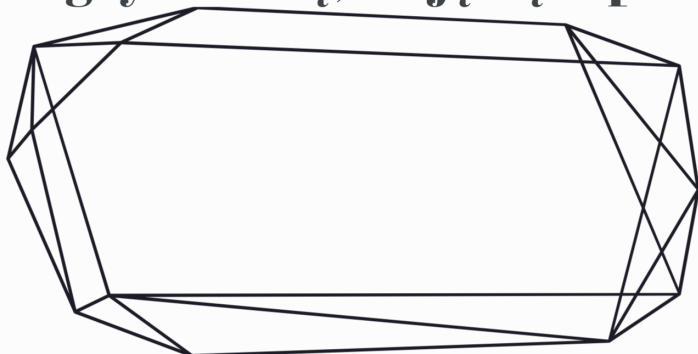
jestem dobra/y w:



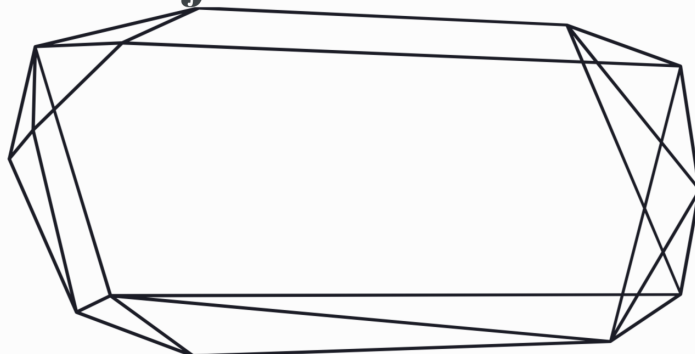
cenię w sobie:



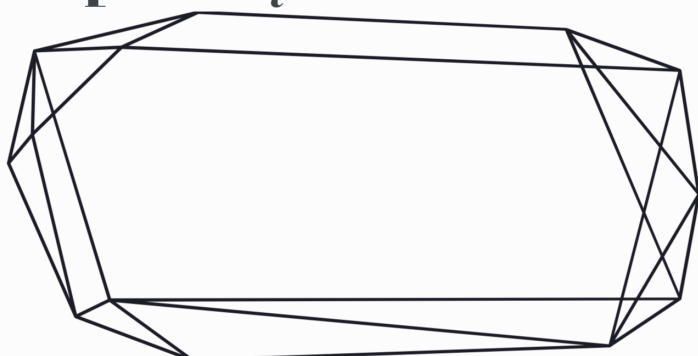
gdy to robię, czuję się super:



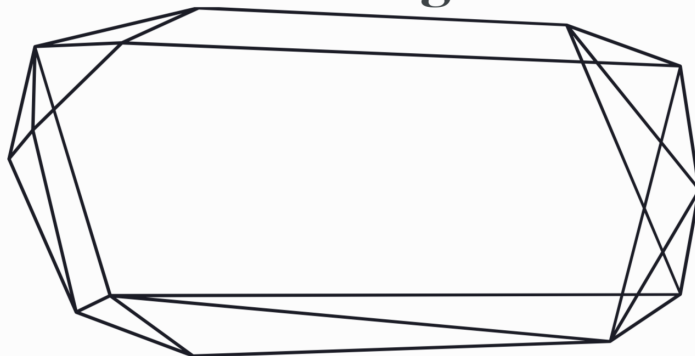
mój talent to:



potrafię:



tak stawiam granice:



Pamiętam o tym, że te zasoby mam w sobie nawet wtedy, gdy mam gorszy dzień, gdy coś mi się nie uda lub mam zły humor. Niezależnie od sytuacji - **MAM MOC**. A gdy czuję, że coś jest ponad moje siły, pamiętam o tym, że zawsze mogę poprosić o pomoc życzliwe mi osoby.