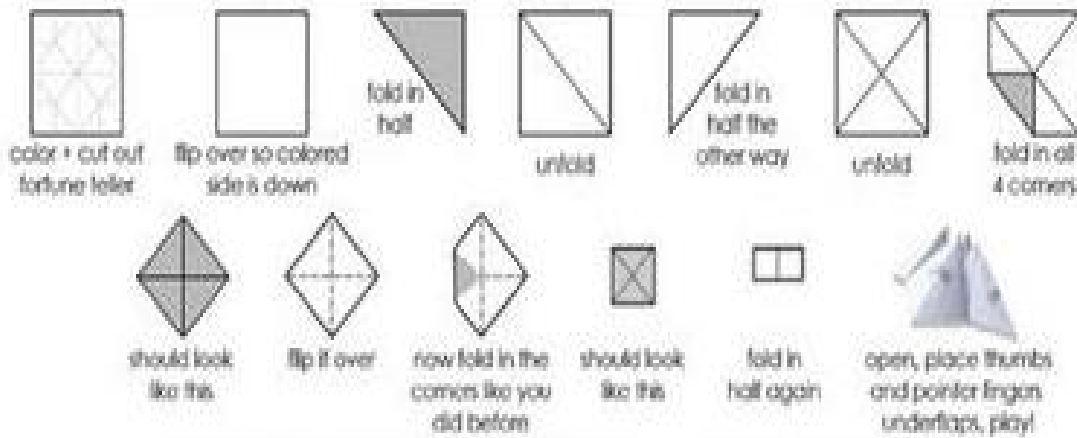
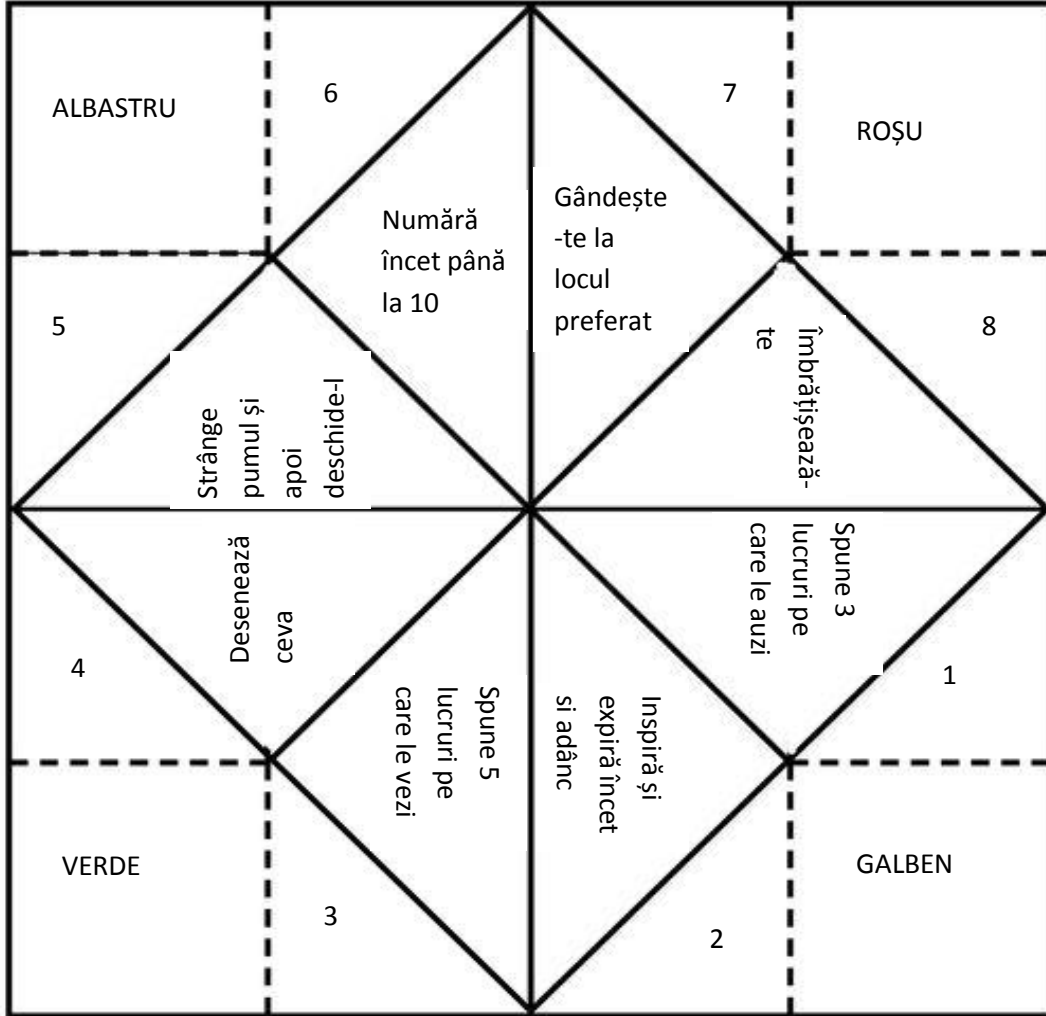


Anxietatea socială este una dintre cele mai frecvente probleme care împiedică dezvoltarea unui copil. Este unul dintre principalele motive care stau la baza fricii de eșec a acestuia - copiii s-ar putea să le fie teamă că-i dezamăgesc pe ceilalți sau să se simtă jenați în prezența celorlalți. Totuși, una dintre cele mai importante consecințe ale anxietății sociale este aceea că împiedică copiii să încerce lucruri noi sau să-și asume riscuri, aspecte importante în dezvoltarea lor.

Mai jos aveți un propus un exercițiu care îi ajută pe copii să facă față acestei anxietăți.

**Fișa poate fi folosită și pentru dezvoltarea gândirii pozitive. Copiii și părinți pot găsi afirmații, gânduri pozitive care sunt mai apoi trecute în căsuțele “ghicitorii”. Dezvoltarea abilităților de gândire pozitivă poate fi o strategie eficientă de a face față unor serii de provocări: anxietate, furie, depresie etc

Ghicitorea mea - anxietate



Ghicitoarea mea – gândire pozitivă

