

Ostavi se briga

Nekoga brine kada treba pisati kontrolni ispit, drugoga kada mora odgovarati pred razredom ili govoriti pred grupom djece. Ima osoba koje brine kako će započeti razgovor s nekim koga su tek upoznali ili kako će nekoga zamoliti za uslugu. Nekoga strašno brine kako će se pokazati na sportskom natjecanju ili kako će pjevati ili svirati neki instrument pred publikom. Postoji čitav niz briga koje te mogu mučiti, ali na svu sreću možeš puno napraviti kako bi sebi olakšao ili olakšala kada te muče brige.

Zamisli da postoji drvo koje se zove ZagrliMe. Tako je veliko i ima toliko grana da može odnijeti sve tvoje brige.

Nacrtaj ili napiši nešto o brigama koje možda imaš i objesi to na grane. Svaku brigu možeš zatvoriti u školjku ili kutijicu koju zatim različito obojaj i objesi na stablo. Drvo ZagrliMe možeš upotrijebiti navečer i na njega objesiti sve svoje brige prije nego što odeš spavati.



Zamisli kako drvetu ZagrliMe daješ veliki zagrljaj!