Календар-порадник

Рекомендації Світлани Ройз

День 18

Підійдіть до дзеркала,

скажіть: "О! Так це ж..." (назвіть своє ім'я)

Ідеально звернутися до себе зменшувально-пестливим іменем із вашого дитинства

Людям дуже часто не вистачає часу для «зустрічей» із собою. А нашій «внутрішній дитині» дуже важливі втіха впізнавання, радість вітання. І цей маленький внесок у власну дитячу частину може повернутися до нас відчуттям Радості. А ще ця проста практика допомагає повернути собі свою ідентичність, «повернутися в себе» (особливо, якщо ми постійно контактуємо з великою кількістю людей).

Смарт Освіта
НУШ Нова Українська школа
USAID From the American People
unicef