

L'ARBRE DE L'AUTOESTIMA

Dibuixa un arbre amb tronc, arrels i branques en un full. Pots utilitzar el material que més t'agradi. Un cop dibuixat l'arbre cal que escriguis el següent:

- A les ARRELS i al TRONC les qualitats i capacitats que creus que tens. Per exemple: sóc treballadora- sóc un bon futbolista- sóc molt bo en matemàtiques-sóc bon amic...
- A les BRANQUES, les coses positives que fas. Per exemple: ajudo al meu germà petit, recullo les meves joguines quan jugo...

A continuació us deixem un model d'arbre per si necessiteu ajuda.

