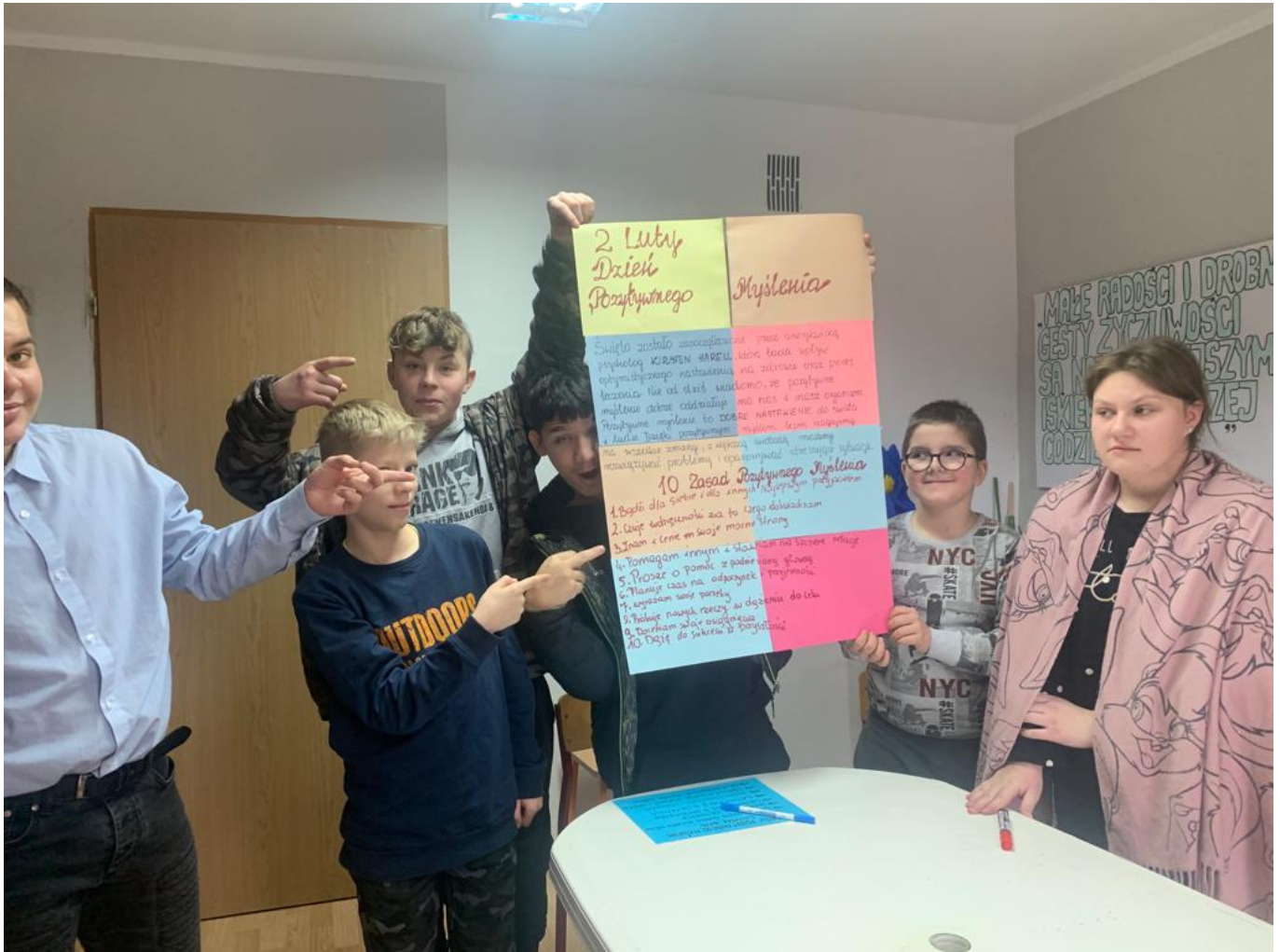


## Zajęcia świetlicowe - Dzień pozytywnego myślenia



Dzień Pozytywnego Myślenia

**W dniu 2.02.23 obchodziliśmy kolejne miłe święto - „Dzień Pozytywnego Myślenia”. Święto zostało zapoczątkowane przez amerykańską psycholog Kirsten Harell, która bada wpływ optymistycznego nastawienia na zdrowie oraz proces leczenia.**

Nie od dziś wiadomo, że pozytywne myślenie dobrze oddziałuje na nas i nasz organizm. Zajęcia odbyły się w wesołej atmosferze, uczniowie oglądali film tematyczny, przeprowadzono pogadankę oraz wykonano plakat.

Pozytywne myślenie to przede wszystkim dobre nastawienie do świata i innych ludzi. Jeśli uświadomimy sobie, jak ważną rolę w życiu odgrywa nastrój i to, jak kreujemy własne myśli, to będziemy na dobrej drodze do sukcesu.

Dzięki pozytywnym myślom lepiej reagujemy na wszelkie zmiany, z większą swobodą możemy rozwiązywać problemy i opanowywać stresujące sytuacje. Optymistyczne nastawienie pomaga także w osiągnięciu wyznaczonych celów i dążeniu do spełniania swoich marzeń. Na szczęście pozytywnego myślenia można się nauczyć!