

ДЕРЕВО ДОСТИЖЕНИЙ

Прекрасная практика, укрепляющая мотивацию и самооценку. Нарисуйте на листе бумаги большое дерево, приготовьте небольшой мешочек (прозрачный файл, коробочку для «сухих листьев»).

Пусть ребенок каждый вечер пишет на листочках бумаги (можно для убедительности вырезать их из зеленой или желтой бумаги) все свои достижения.

Например:

- Сам вспомнил, что надо делать математику.
- Сам нашел в поисковике информацию для реферата.
- Вынес мусор.
- Нашел потерянный шарф.
- Выучил стихотворение к празднику и др.
- Вспомнил про день рождения друга (мамы, брата, папы, бабушки и т.д.)

Прикрепляем к дереву все листочки, а потом, когда их накопится слишком много, - бережно собираем их в мешочек и начинаем сначала.

Через пару месяцев можно взять в руки и ощутить физически, как много всего было сделано за это время.

Скажем ребенку:

- Теперь можно смело сказать, что ты — молодец и очень со многими вещами справляешься самостоятельно.
- Каждый раз, когда ты узнаешь или научишь делать что-то новое, приклей на дерево листик с твоим достижением.