

2 декабря у 9 б класса прошел классный час в виде тренинга, направленный на осознание своих положительных качеств. Ребята узнали о том, что такое самооценка, какие факторы влияют на формирование позитивной самооценки; что важно предпринимать в случае, если человек сомневается в себе и своих силах. Ребята вместе с психологом выполнили несколько упражнений, в которых каждый смог выявить свои положительные качества, а также то, чем каждый может гордиться. Ребята поняли, что очень важно хвалить себя при достижении каждого, хоть и маленького, но результата или ситуации успеха.

