

# Я люблю себя, ПОТОМУ ЧТО....

Воспитатель МКДОУ №3  
«Колосок» г. Вятские Поляны  
Салахова Фариды  
Фердинандовны

---

**Чтобы научиться принимать любовь  
окружающих, необходимо для  
начала полюбить себя.**



**«Меня не любят, я не такой как все...»**

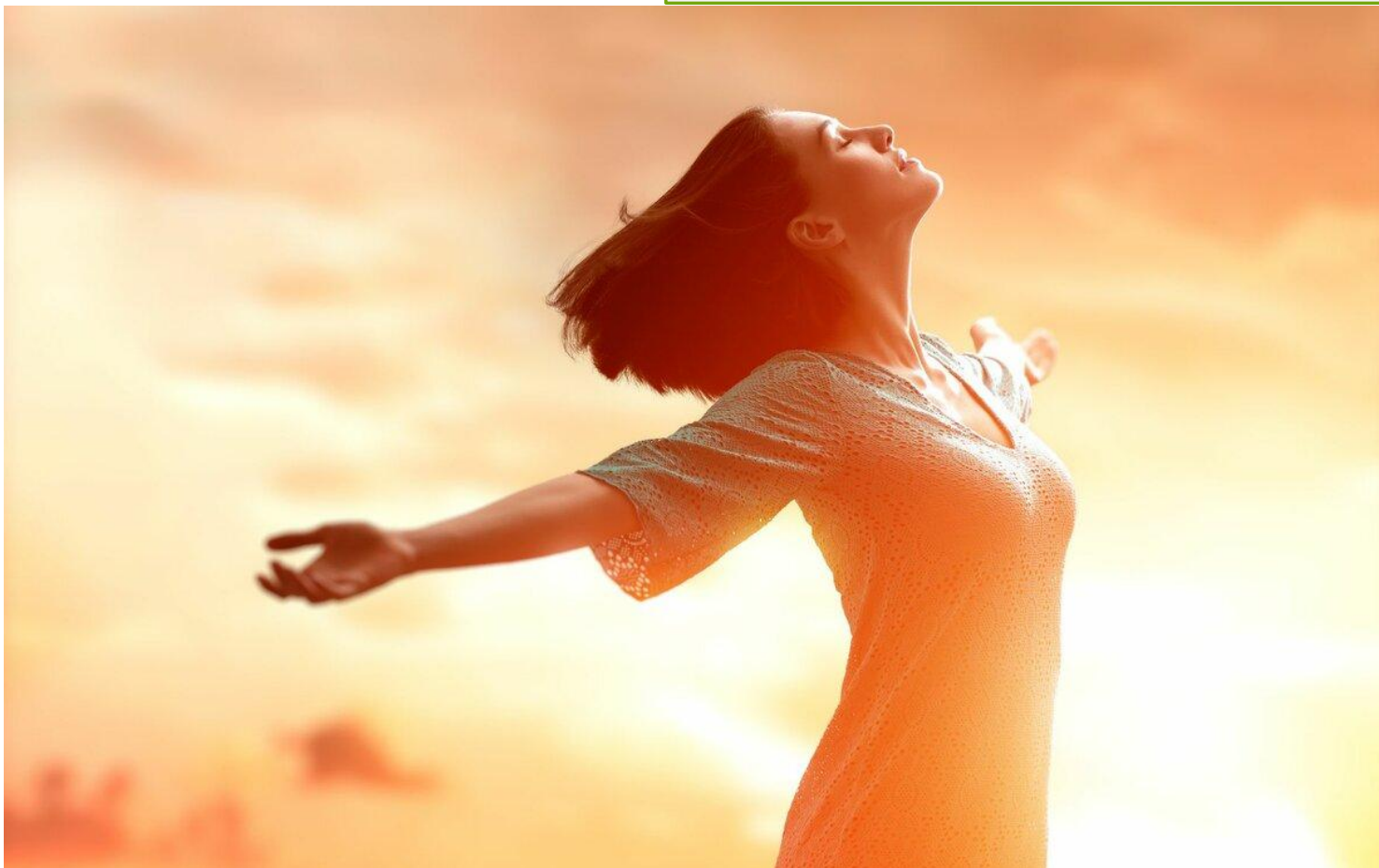


### **Упражнения с детьми в группе**

«У тебя есть носик? Где он?»

Погладь свой носик. (действие закрепляет слова)

Скажи я люблю свой носик...»



### **Упражнения с самим собой**

*«Я есть, я принимаю себя, таким какой я есть.  
Я люблю себя.»*





*«Когда я принимаю себя, это похоже на звук...  
И я позволяю себе испытывать разные эмоции и чувства  
связанные с этим звуком. И я благодарю вселенную за  
заботу обо мне.»*



*«Когда я принимаю себя, это похоже на запах...  
И я позволяю себе испытывать разные эмоции и чувства  
связанные с этим запахом. И я благодарю вселенную за  
заботу обо мне.»*





*«Когда я принимаю себя, это похоже на вкус...  
И я позволяю себе испытывать разные эмоции и чувства  
связанные с этим вкусом. И я благодарю вселенную за  
заботу обо мне.»*



## Я люблю себя потому что:

Я победила свои комплексы  
У меня отличное чувство юмора  
Я хорошо и вкусно  
готовлю  
Я каждый день учусь чему-то новому  
Я не похожа ни на кого другого, я уникальна!

Я умею мечтать как никто другой  
Я красиво  
Я патриотка ~~я не~~ *я не привязываюсь к вещам*  
Я умею управлять своими снами

**Я достойна быть любимой** Мой муж и я — одно целое!

**Я умею волшебничать** Я умею слушать других **Я хорошо вяжу крючком и спицами**

Я умею помогать другим *У меня много талантов* **Я быстро**  
*читаю*  
У меня обалденная фигура Меня уважают и ценят очень многие

**Я верю в себя** Я всегда позитивна **Я не смотрю телевизор**

*Я создана для любви* **Я не боюсь зубных врачей**  
Я сделала несколько женских сайтов, которые приносят пользу людям  
Я хорошо себя чувствую в любом коллективе Я самый родной для себя человек

Я хорошо лажу с детьми *Я всегда в центре внимания*  
**Я у себя одна такая! Я верю в других**

**Я обожаю жизнь** Я всегда открыта всему новому

**Я варю самый вкусный кофе во Вселенной** *На конкурсе Мисс Доброта я займу первое место! Да, да, да!*  
Я принимаю других такими, какие они есть

Я ношу разные носки — на левой ноге коричневого цвета, а на правой черного. Это прикольно

*Любите себя и будьте любимы!*

