

OBRÁZEK NOVOROČNÍCH PŘÁNÍ

Ahoj,

také se ti někdy stává, že máš hlavu plnou **nápadů**, ale pak ně zapomeneš a už je nikdy neuskutečníš? A máš různá tajná **přání**, která ani nikdo nezná? Já mám také hodně nápadů, přání a **tajných snů** a letos jsem se rozhodl, že je budu mít pěkně před sebou na papíru. **Pověším si je doma na zeď, takže je celý rok pěkně uvidím, budu na ně myslet, naladím se na ně a ony se mi určitě vyplní!**

Vytvoř si společně se mnou obrázek plný přání neboli desku vizualizace, takzvaný vision board.

Připrav si velkou bílou čtvertku, pastelky, lepidlo, nůžky a hromadu starých obrázkových časopisů, které budeš moci rozstříhat.

Přemýšlet a tvořit budeme ve třech oblastech:

Já a moje zdraví

Nejprve se zamysli, jak chceš, aby ses cítil/a další rok. Potom se nakresli tak, aby to z obrázku bylo pěkně poznat. Případně si sem můžeš nalepit vlastní fotografii, která se ti líbí. Pokud tě něco trápí, představ si, jak to bude vypadat, až tě to trápit nebude. K tomu najdi vhodný obrázek nebo fotografii a nalep si jej/ji na papír. Například mě často bolí třetí chapadlo, tak jsem si sem dal fotografii sebe i s chapadly a představuji si, že mě to už vůbec nebolí.

Moje rodina a kamarádi

Nyní se zamysli, jak chceš, aby fungovala tvoje rodina. Chceš se třeba lépe domlouvat se sourozenci? Najdi opět nějakou fotografii nebo obrázek či nápis z časopisu, který by to pěkně vystihoval. A co kamarádi? Chceš si najít nové kamarády na nějakém novém kroužku? Nebo se chceš více vídat s těmi kamarády, které už máš? A jak s nimi chceš vycházet? Opět si najdi jednu nebo více fotek, které by byly podobné tvému přání. Je důležité, aby sis při pohledu na ty fotografie vybavil/a to své přání.

Škola, kroužky a hojnost

Máš nějaký cíl ve škole nebo v nějakém kroužku? Chceš, aby ti šla lépe angličtina? Pokud ano, tak si na svůj obrázek nalep například fotografii, kde jsou dva lidé, kteří spolu hovoří. Ty budeš vědět, že to představuje tebe, jak plynne mluvíš anglicky. Je něco, co ti schází? Třeba nový mobil? Nalep si sem obrázek nového mobilu a vymysli si (například i společně s rodiči), jak bys ho mohl/a získat.

Až budeš mít celou stránku polepenou, můžeš si ji ještě různě ozdobit, domalovat nebo sem dolepit různá hesla, která jsou pro tebe důležitá. Důležité je, **aby se ti obrázek tvých přání líbil** a aby sis dokázal/a pod každým obrázkem/fotografií **představit svůj konkrétní sen nebo cíl**. Čím jasnější a konkrétnější představy budeš u obrázků mít, tím je větší šance, že se ti **všechno z obrázku přání splní**.

Přeji ti, ať se ti všechny tvé sny do nového roku vyplní!

Tvůj Kvído



SEM
DO:

obrou
být
ný.

Mít stále dobrou náladu a být odvážný.

Aby se mi
uzdravilo
chapadlo a nic
mě nebolelo.

Mít
alespoň
2 dobré
kamarády.

Aby mě měli děti
i jejich rodiče rádi.

Učit se o všem na
zajímavých místech
– například ve stanu,
ve venkovní třídě,
v přírodě.

Tvořit pěkné
výtvořy a vymýšlet
zábavné aktivity
po celý rok.



vytváření vision boardu nebo mapy přání může být mnohem složitější a komplexnější proces, toto je jen velmi zjednodušená verze pro dětská přání. Snad si vaše dítě uvědomí to, co si přeje, a vy se třeba můžete o vašem dítěti mnohé dozvědět.

SVŮJ VLASTNÍ OBRÁZEK PŘÁNÍ SI MŮŽEŠ DOZDOBIT NAPŘÍKLAD NÁPISY Z TĚCHTO PÍSMEN:

A A A A A B B C

C C D D E E E E E

F G H H I I I I J J

K K K L L L M M

N N O O O O P P

Q R R S S T T U U

U U V V V W X X

Y Y Y Y Z Z

NEBO TĚMITO OBLIČEJÍKY:



PŘÍPADNĚ TĚMITO BUBLINAMI:

