**10 KORAKOV DO BOLJŠE SAMOPODOBE**

**1. Spoštujem se in se sprejemam**

**2. Postavljam si cilje in si prizadevam,**

**da bi jih dosegel**

**3. Sodelujem z drugimi, jih sprejemam**

**in imam prijatelje**

**4. Ne izogibam se problemom, poskušam**

**jih reševati**

**5. Učim se spopadati s stresom**

**6. Razmišljam pozitivno**

**7. Prevzemam odgovornost za svoje**

**vedenje**

**8. Zavedam se, da sem edinstven in neponovljiv.**

**9. Postavim se zase**

**10. Prepoznavam, sprejemam in izražam svoja**

**čustva**