

Психологические

Тренинг

для детей и подростков

Заклинания уверенности в себе

УДК 159.922.7
ББК 88.8
3-18

3-18 **Заклинания** уверенности в себе : психологические прописи для детей и подростков. — Москва : Эксмо, 2026. — 32 с. — (Душевные прописи).

ISBN 978-5-04-243987-2

Иногда ребенку очень важно услышать несколько простых слов, чтобы почувствовать поддержку: «У тебя отлично получается!», «ты молодец», «с тобой все в порядке».

«Заклинания уверенности в себе» помогут этому доброму голосу прочно поселиться в голове ребенка и выстроить внутреннюю опору. Через практику повторения и письма ребенок постепенно научится не бояться ошибок, не обесценивать свои достижения и не зависеть от чужой оценки.

УДК 159.922.7
ББК 88.8

ISBN 978-5-04-243987-2

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2026

