





**የ”ሲያስፈልግ” ሳጥን**

በአስቸጋሪ ጊዜ ምን ሊያጽናናዎና ሊያስደስትዎ ይችላል? ጥሩ ቃል? አስደሳች መጽሐፍ? ወይም ምናልባት አሻንጉሊት? በፍላጎት ጊዜ የሃሳቦች ገንዳ ያለው ሳጥን ማዘጋጀት ይችላሉ። ደስታን የሚፈጥሩ እቃዎች፣ አበረታች መልእክቶችና ደጋግ ቃላት



**የእቅፍ ደብዳቤ**

ልጅዎ ውስብስብ የሆነ አካላዊ ወይም ስሜታዊ ሁኔታን የሚይዝለት ጓደኛ ወይም የቤተሰብ አባል አለው? የማበረታቻና የማጠናከሪያ ደብዳቤ እንዲጽፍ ሊጠቁሙት ይችላሉ? እንደዚህ ያሉ አበረታች ቃላትን ይጠቀሙ፡- እኔ ለአንተ ነኝ፣ ጠንካራ ነህ፣ ጓደኛዎች ነንና እንወድሃለን። ደስታ የተጎናጸፈን ስዕል ይጨምሩበት።



**ፒንተረስት**

[ተጨማሪ ስራዎች፣ መዝሙሮችና እንቅስቃሴዎች በፒኛማ ቤተመጻሕፍት ፒንተረስት ላይ](#)