



PROIECT COFINANȚAT DIN FONDUL SOCIAL EUROPEAN PRIN PROGRAMUL OPERAȚIONAL CAPITAL UMAN 2014-2020

## **A 4.1. Dezvoltare abilități emoționale, consiliere socială, suport emoțional/ psihologic, consiliere vocațională**

### **TEHNICI SPECIALE DE ANALIZĂ A NEVOILOR DE DEZVOLTARE PERSONALĂ**



SOCIETATEA NAȚIONALĂ SPIRU HARET  
PENTRU EDUCAȚIE, ȘTIINȚĂ ȘI CULTURĂ



INSPECTORATUL ȘCOLAR  
AL JUDEȚULUI GIURGIU





Dezvoltarea personală este procesul prin care ne schimbăm în mai bine cu fiecare zi. Prin atelierele de sprijin psihosocial dezvoltăm capacitățile copiilor din grupul țintă de autocunoaștere, empatizare și relaționare, abilitățile de concentrare, gestionarea emoțiilor, modificarea tiparelor de gândire și creativitate.

Copiii vor reuși mai ușor să își găsească resursele necesare în orice situație critică cu care se va confrunta în viață.

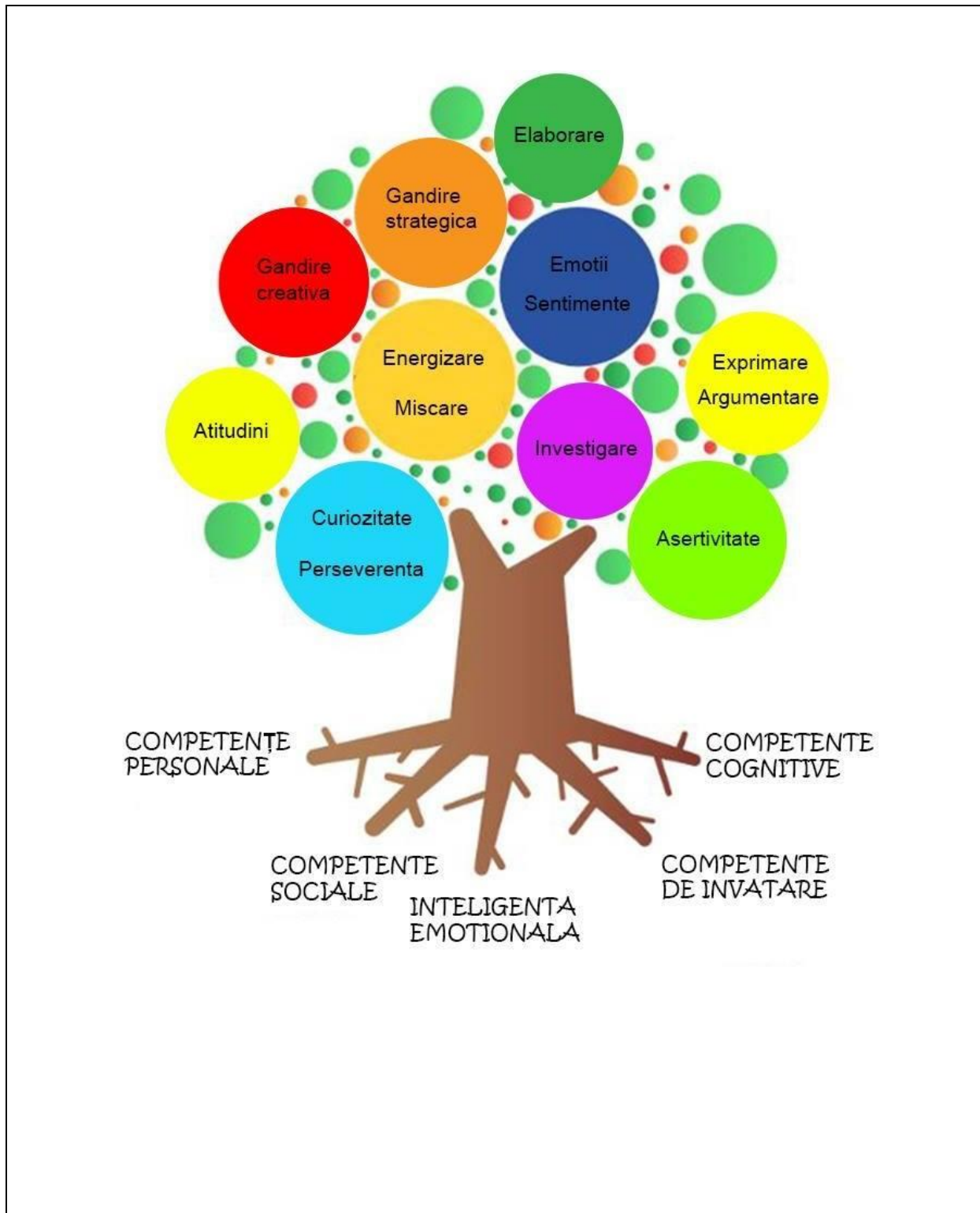
Dezvoltând aceste calități încă din copilărie, ele vor fi bine asimilate și vor deveni un mod de viață pentru viitorul adult.

Copiii învață să își pună în valoare resurse de care nu erau conștienți și vor conștientiza propriile trăiri, vor învăța să le exprime adecvat, ajungând astfel să gestioneze într-un mod sănătos conflictele interioare specifice vârstei.

În cadrul grupurilor de sprijin psihosocial, în cadrul proiectului, copiii:

- învață să rezolve conflicte prin strategii adecvate vârstei
- învață tehnici specifice pentru diverse situații particulare sau de grup
- învață că pot lucra cu propria persoană, să se dezvolte, să descopere lucruri valoroase despre sine și despre ceilalți
- învață prin joc și joacă

Atingerea scopului și a obiectivelor depinde în mare măsură de resursele de care dispunem (timp, bani, cunoștințe, abilități, etc) și mai ales de motivația necesară.



## ACTIVITATEA „Sunt special”

Vârsta: 10 - 16 ani

Durata: o ședință, dar și câteva zile sau săptămâni

Participanți: oricâți

Materiale: Ecusoane roșii și albastre

Obiective:

Să arate participanților că înainte să-i respecte pe alții ei trebuie să se respecte pe sine

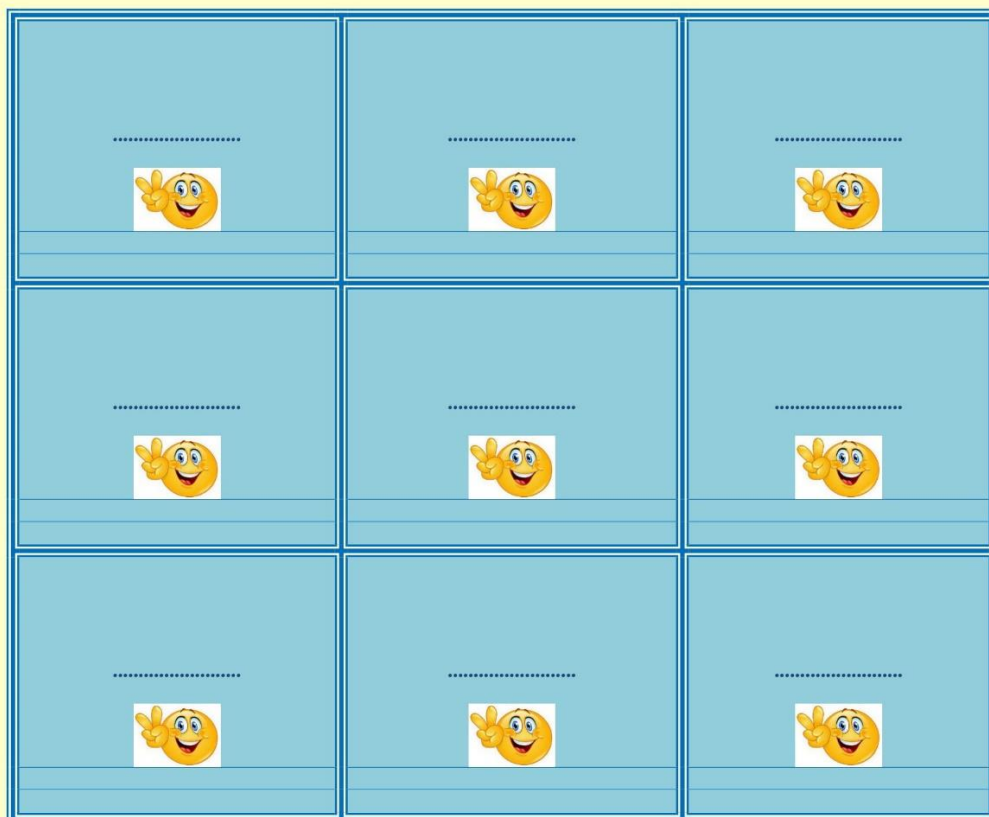
Desfășurare:

Activitatea poate fi împărțită în două exerciții în aceeași zi sau desfășurată pe durata a câtorva zile sau săptămâni.

*Partea I:* fiecare participant primește un ecuson roșu și-și scrie numele propriu pe linia aflată deasupra a două cuvinte: „este special(ă)”. (de exemplu, Ana scrie „Ana este specială”). Fiecare participant face apoi o listă de trăsături pozitive care-l fac special. Fiecare participant se ridică și spune câte o trăsătură care-l face unic. Participanții poartă ecusoanele cel puțin o zi.

*Partea a doua:* fiecare participant își scrie numele pe o bucată de hârtie care este așezată cu fața în jos pe masă. Fiecare extrage un nume. Dacă extrage propriul nume pune biletul jos și extrage altul. Fiecare copil primește un ecuson albastru și scrie numele extras pe rândul de deasupra cuvintelor „este special” (de exemplu, dacă Ana extrage numele lui Ion, ea scrie pe ecusonul albastru „Ion este special”). Fiecare participant face o listă cu trăsăturile care o fac pe persoană a cărui nume l-au extras specială. Ei poartă ecusonul cu numele colegilor cel puțin o săptămână. Fiecare coleg se ridică în picioare și spune o trăsătură care-l face pe colegul lor special.

## Ecusoane băieți



## Ecusoane fete

