

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

***INSTRUMENTE/ TEHNICI DE LUCRU SPECIFICE PENTRU
DEZVOLTAREA DE ABILITĂȚI EMOȚIONALE, CONSILIEREA
SOCIALĂ ȘI VOCAȚIONALĂ ADAPTATE NEVOILOR DE SERVICII
PSIHO-SOCIALE DE SPRIJIN ALE PREȘCOLARILOR/ ELEVILOR
DIN GRUPUL ȚINTĂ***

**TEHNICI SPECIALE DE CONSILIERE ADAPTATE NEVOILOR
DE DEZVOLTARE PERSONALE ȘI EMOȚIONALE**

ACTIVITĂȚI MARTIE 2023










Grupa de vârstă 3 – 5 ani

Prezentarea emoțiilor și asocierea de povești ilustratoare din viața copiilor. Despre momentele în care copiii se simt emoționați și despre recunoașterea și managementul emoțiilor.

Sursa imagine: [Fisa De Lucru Dezvoltare Personală Emoții \(biru-malaysia.web.app\) \(https://biru-malaysia.web.app/fisa-de-lucru-dezvoltare-personala-emoții.html \)](https://biru-malaysia.web.app/fisa-de-lucru-dezvoltare-personala-emoții.html)

EMOȚII

CUM MĂ SIMT ÎN FIECARE SITUAȚIE?

<p>AM PRIMIT O JUCĂRIE NOUĂ.</p> <p>SUNT </p> <p>SPERIAT</p> <p>TRIST</p> <p>BUCUROS</p>	<p>AM ALERGAT TOATĂ ZIUA.</p> <p>SUNT </p> <p>SUPĂRAT</p> <p>OBOSIT</p> <p>FURIOS</p>	<p>AM VĂZUT UN URS.</p> <p>SUNT </p> <p>UIMIT</p> <p>SPERIAT</p> <p>VESEL</p>
<p>NU ȘTIU CE SĂ FAC.</p> <p>SUNT </p> <p>FURIOS</p> <p>SUPĂRAT</p> <p>PLICTISIT</p>	<p>MIHAI M-A LOVIT.</p> <p>SUNT </p> <p>SPERIAT</p> <p>FURIOS</p> <p>SUPĂRAT</p>	<p>ALINA NU SE JOACĂ CU MINE.</p> <p>SUNT </p> <p>SUPĂRAT</p> <p>ENERGIC</p> <p>FURIOS</p>
<p>MĂ SIMT ÎN FORMĂ.</p> <p>SUNT </p> <p>UIMIT</p> <p>ENERGIC</p> <p>BUCUROS</p>	<p>AM FĂCUT O FARSĂ.</p> <p>SUNT </p> <p>FERICIT</p> <p>UIMIT</p> <p>GLUMEȚ</p>	<p>VREJUL A CRESCUT PÂNĂ LA CER.</p> <p>SUNT </p> <p>UIMIT</p> <p>SPERIAT</p> <p>VESEL</p>

Grupa de vârstă 6 – 10 ani
Exerciții de dezvoltare personală

Exerciții de dezvoltare personală



Discuții despre părinții plecați la lucru în străinătate și emoțiile, sentimentele lor.

Oriunde s-ar afla părinții, prezenți sau plecați la muncă în străinătate, toți copiii au aceleași necesități, satisfacerea cărora contribuie la dezvoltarea sănătoasă a acestora. În cazul copiilor ai căror părinți sunt plecați la muncă în străinătate, unele nevoi sunt mai accentuate – nevoia de afecțiune, aprobare, acceptare, siguranță, protecție. Absența contactului fizic, precum și sentimentele de singurătate, dor și tristețe, accentuează aceste nevoi.

Necesitățile copiilor rămași acasă fără unul sau ambii părinți:

• ***Nevoia de siguranță și protecție.***

Bunăstarea economică nu neapărat reflectă ceea ce numim securitatea și protecția copilului; faptul că copilul dispune de o libertate artificială prin absența părintelui/ părinților, nu înseamnă că el se simte foarte bine, el oricum are nevoie de supraveghere, ghidare, limite, reguli, care îi asigură securitatea vieții.

• ***Nevoia de dragoste și afecțiune.***

Lipsa afecțiunii parentale determină copilul să fie în căutare de obiectul sau persoana care-i va satisface necesitatea de atenție afectivă, care-i va asigura un confort emoțional. Copilul așteaptă afecțiune exprimată în cuvinte și comportament. Copilul are nevoie să i se arate că este dorit și iubit pentru că există, dar nu pentru cine este, ce face sau nu face.

• **Nevoia de atașament.** Un atașament față de cineva înseamnă să fii absolut dispus să cauți apropierea și contactul cu persoana în cauză și, mai presus de toate, atunci când situația este nesigură; copilul lipsit de atașamentul parental se poate atașa de unele obiecte sau de persoane adulte, în care are încredere că acestea vor fi disponibile, receptive și vor acorda ajutor ori de câte ori va fi nevoie.

• **Nevoia de comunicare cu părinții, bunicii și tutorele.** Copilul așteaptă să fie ascultat, înțeles, să găsească un sprijin pentru a lua anumite decizii. Copilul își dorește să poată comunica deschis, fără a fi blamat sau criticat. Copilul are nevoie să exprime prin cuvinte emoțiile și trăirile sale. Satisfacerea nevoii de comunicare contribuie la cunoașterea de sine, la formarea identității și a imaginii de sine, la descoperirea lumii înconjurătoare cu plusurile și minusurile sale. Prin comunicare, copilul va învăța să caute și să solicite ajutor în situațiile periculoase/de risc.

• **Nevoia de aprobare și acceptare** care poate fi satisfăcută prin mesaje de valorizare și prețuire, care au un impact foarte mare asupra dezvoltării încrederii și imaginii de sine pozitive.

• **Nevoia de încurajare,** stimulare și apreciere. Pentru a obține rezultate mai bune, fiecare are nevoie ca micile sale succese să fie încurajate. Toți copiii au nevoie să li se confirme faptul că ceea ce întreprind are valoare.

• **Nevoia de a avea o familie.** Una din îngrijorările copiilor este stabilitatea familiei, în condițiile în care unul din părinți este plecat peste hotare; copilul are nevoie să știe și să simtă spiritul apartenenței la un grup distinct în care să existe armonie și dragoste, înțelegere și răbdare; nesatisfacerea acestei nevoi creează discrepanțe în reprezentarea ce este o familie.

• **Nevoia de informații** despre plecarea propriu-zisă, despre schimbările care vor apărea după plecarea părintelui/părinților, despre cum va trăi mai departe: unde și cu cine va locui, ce rol va avea tutorele, ce se va schimba în viața lui, cine îl va ajuta cu școala, cine îi va organiza petrecerea de ziua sa de naștere, la cine să apeleze după ajutor etc.

Comportamente problematice care ar putea comunica despre nevoi nesatisfăcute:

• izolare; • agresiune verbală sau fizică; • scăderea motivației; • îmbolnăviri frecvente; • absențe nemotivate; • stări depresive; • dezinteres față de imaginea fizică; • comportament excentric; • comportament conflictogen; • scăderea capacității de concentrare; • iritabilitate; • sentimente frecvente de frustrare, furie; • ostilitate față de cei din jur; • frici și îngrijorări intense etc.

Exercițiu:

Activitatea „Nevoi și așteptări”

Inițierea discuției cu copiii:

- Cum se simte un copil ai cărui părinți sunt plecați peste hotare?
- Despre ce își doresc copiii să discute cu părinții înainte ca aceștia să plece?
- Dar cum se simt părinții care muncesc peste hotare, departe de casă?
- Ce așteaptă părinții de la copiii lor?
- Ce doresc copiii să le comunice părinților care sunt plecați?
- Cu ce ați putea contribui voi pentru a avea o relație pozitivă cu părinții, fie ei sunt prezenți, fie plecați? • Cum ați putea să-i susțineți și să-i încurajați?
- Ce mesaje așteaptă părinții de la copiii lor?
- În cazul în care vă confrunțați cu anumite probleme cui vă adresați, de la cine cereți ajutor?

Activitatea „Avionul cu mesaje”

În cadrul activității fiecare copil va primi câte o coală de hârtie colorată.

Pe masa de lucru va fi câte un set de carioci.

Fiind ghidați, copiii vor confecționa un avion.

Pe aripile avionului vor fi scrise mesaje pentru părinții care sunt plecați la muncă peste hotare.

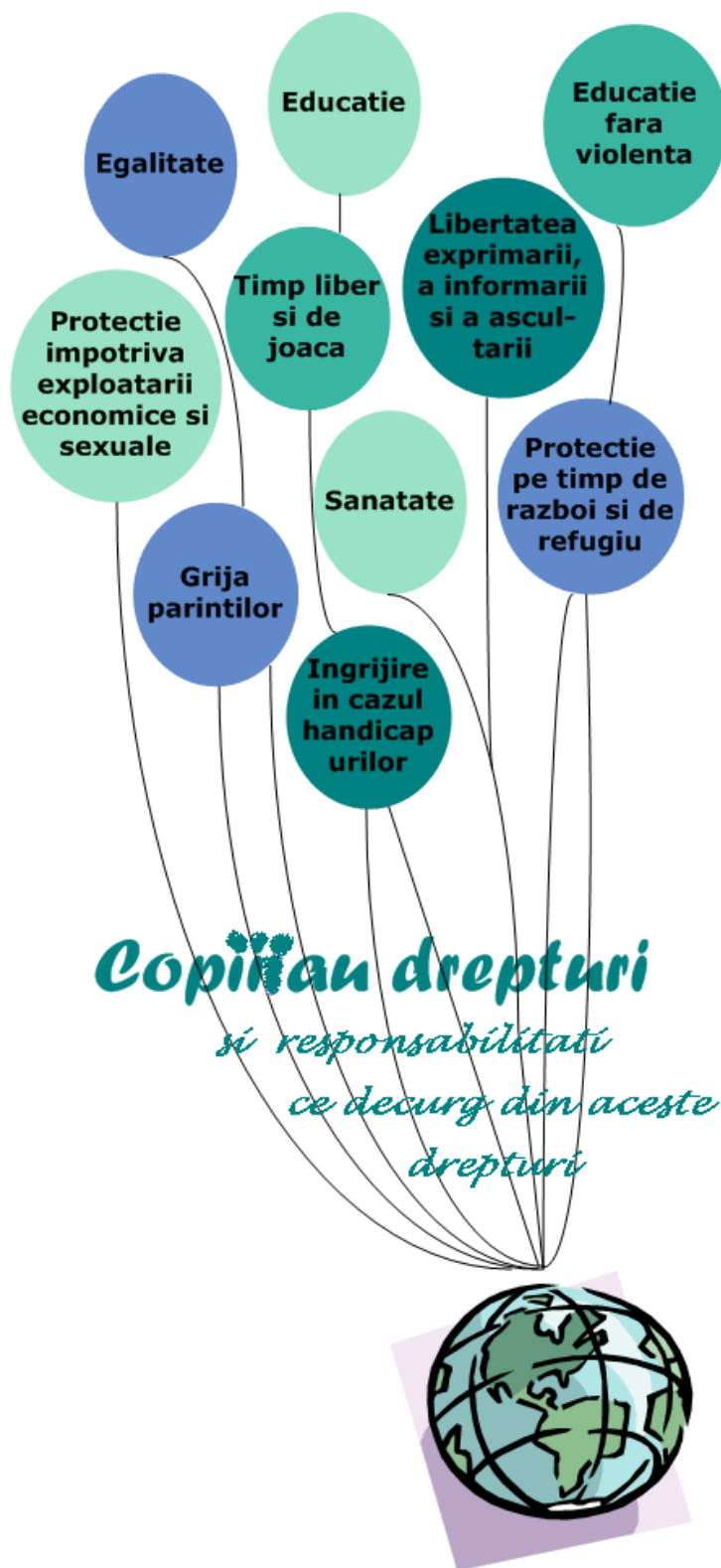
Copiii vor fi ghidați să scrie mesaje optimiste, de încurajare, susținere, apreciere și de mulțumire adresate părinților.

După confecționarea avioanelor copiii le vor înălța afară/ în sală, în funcție de timpul de afară.

Finalizare

Discuții cu copiii despre cum s-au simțit pe parcursul activității, ce le-a plăcut cel mai mult, ce au reținut din activitate în ceea ce privește relația cu părinții.

Grupa de vârstă 11 – 16 ani



Drepturile copilului pot fi rezumate la 10 puncte esențiale:

1. Toți copiii și tinerii au drepturi egale. Nici un copil sau tânăr nu trebuie dezavantajat din pricina sexului său, a culorii pielii sale, a limbii pe care o vorbește sau a religiei pe care o practică.
2. Copiii și tinerii au dreptul la o sănătate cât mai bună precum și la asistență medicală.
3. Copiii și tinerii au dreptul la studii elementare gratuite. În plus, ei trebuie să beneficieze de dreptul de a urma școli superioare.
4. Copiii și tinerii au drept la vacanță, timp liber, joacă și la participarea la activități culturale și artistice.
5. Copiii și tinerii au dreptul de a se informa, de a-și exprima liber opinia și de a fi ascuțați.
6. Copiii și tinerii au dreptul la o educație bună. Părinții sau tutorii lor legali nu trebuie să aplice metode violente. Abuzurile și exploatarea sunt interzise.
7. Copiii și tinerii au dreptul ca în vreme de război să beneficieze de protecție și asistență; același lucru se prevede și pentru copiii refugiați.
8. Copiii și tinerii au dreptul să fie protejați de exploatarea prin muncă și de abuzurile sexuale.
9. Copiii și tinerii au dreptul să conviețuiască împreună cu părinții lor și să întrețină contacte cu ambii părinți, dacă aceștia sunt separați.
10. Copiii și tinerii cu nevoi speciale au dreptul la o asistență și protecție specială, precum și la participarea activă la viața socială.

„ **Orice drept implică o responsabilitate**, orice oportunitate - o obligație, orice proprietate - o datorie”

John D. Rockefeller

Tehnică de autocunoaștere și conștientizare a rolului familial

DREPTURILE ȘI RESPONSABILITĂȚILE MELE ÎN FAMILIE

1. Completați:

Rolul meu în familie este.....

Aș dori ca părinții mei să

Mă comport cu sora/fratele

Cred că suntem o familie

2. Care sunt cauzele conflictelor în familia voastră?

mamă - tată	părinți - copii	copil - copil

3. Drepturile și responsabilitățile tale în familie:

Drepturi	Responsabilități

4. Completați:

Îmi place la familia mea	Nu-mi place la familia mea
Dorințele mele	Dorințele părinților mei

5. Completează rândurile următoare cu viziunea ta despre familie.
