

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 la nevoile de servicii psiho-sociale de sprijin ale preșcolarilor/ elevilor din grupul țintă

INTRUMENTE PENTRU DEZVOLTAREA DE ABILITĂȚI EMOȚIONALE, CONSILIEREA SOCIALĂ ȘI VOCAȚIONALĂ A COPIILOR DIN GRUPUL ȚINTĂ

Activități pentru dezvoltarea imaginii de sine și a respectului față de sine

A. ACTIVITATEA „Personajul meu” - „Oglinda mea”

Obiective : - autocunoaștere, auto-observare, dezvoltarea imaginii de sine

Descrierea exercițiului : Fiecare copil își va alege un personaj preferat (din desene animate, din filme etc.), și va „cere” personajului respectiv să scrie 4-5 caracteristici ale sale (ale copilului) pe care să le și justifice. Chiar dacă în prima fază vor fi descrise probabil caracteristici fizice, instrucțiunile vor viza intrarea mai în profunzime, spre caracter, aptitudini, calități personale, comportament.

Exercițiul îl îndeamnă pe copil la o explorare a propriei persoane, realizată într-un mod indirect, prin intermediul personajului preferat, determinându-l la o auto-observare

„din exterior”. Această aparentă detașare de propria persoană poate ușura atât identificarea și verbalizarea unor caracteristici, comportamente sau calități, în special la copiii de vârstă școlară mică, cât și perceperea mai bună a modului în care sunt „văzuți” de cei din jur.

B. ACTIVITATEA „Steaua stimei de sine”

Obiective : - autocunoașterea

**Trei lucruri pozitive
care te
caracterizează:**

- 1.....
- 2.....
- 3.....

Trei realizări:

- 1.....
- 2.....
- 3.....



**Două lucruri pe
care vrei să le
schimbi la tine:**

- 1.....
- 2.....

**Două motive
pentru care te
plac oamenii:**

- 1.....
- 2.....

C. ACTIVITATEA „Broșură despre mine”

Vârsta: 8 - 16 ani

Durata: 60 de minute

Participanți: 4 minim, 20 maxim

Materiale necesare: Creioane colorate, o foaie de hârtie și o agrafă de birou pentru fiecare persoană.

Obiective: Creșterea stimei de sine a participanților,

Să faciliteze participanților împărtășirea feedback-ului pozitiv cu colegii.

Desfășurare: Foaia de hârtie va fi colorată și împăturată în trei

Participanții decorează prima pagină cu numele lor scris în maniera în care doresc ei.

Sunt listate categorii care vor fi abordate în interiorul broșurii (aproximativ 10). De exemplu, calitatea mea principală, cel mai semnificativ moment, activitatea mea preferată, ceva la ce sunt bun, etc.

După listarea categoriilor participanții vor furniza un răspuns pentru fiecare. Ei sunt asigurați că nimeni nu va citi ceea ce au scris, deci se pot simți liberi să scrie orice, indiferent cât este de pozitiv.

Participanții împăturesc broșura și o închid cu agrafa de birou.

Fiecare pasează broșura persoanei din dreapta.

Când o persoană primește o broșură de la un vecin o întoarce (nu o deschide) și scrie un comentariu despre aceasta pe spate.

Însemnările pot fi lucruri simple (pentru persoanele mai puțin cunoscute), ca „Îmi place freza ta” sau pot fi foarte personale pentru persoanele mai bine cunoscute. Pot fi anonime sau pot fi semnate.

Broșurile vor fi date în cerc de la unul la altul până când fiecare persoană va semna pentru fiecare, și fiecare își va primi broșura din nou.

Persoanele petrec 5 minute în liniște și citesc ceea ce ceilalți au spus despre ei.

Discuții:

Dacă a fost plăcut să citească lucrurile scrise de alții despre ei,

Dacă cineva a fost surprins de ceea ce a fost scris,

Dacă cineva vrea să-și clarifice ceva ce nu a reușit să citească sau nu a înțeles,

Dacă a fost greu sau ușor să complimenteze pe alții sau să primească complimente.

Copii sunt încurajați să păstreze broșura și să o recitească atunci când nu se simt bine cu ei înșiși.

D. ACTIVITATEA „Pentru că sunto valoare”

În această activitate, elevii/elevele vor fi capabili/le să demonstreze progresul prin:
Atitudini și valori:

- Respect și încredere în sine și în ceilalți
- Recunoașterea unicității fiecărei persoane

1. Citiți elevilor „Povestea celor 7 minuni ale omului”.

„ Unui grup de elevi i s-a cerut să recompună lista celor șapte minuni ale lumii adaptată timpurilor pe care le trăim. Au existat multe diferențe dar iată minunile care au obținut calificative maxime:

- a) Piramidele din Egipt
- b) Taj Mahal
- c) Marele Canion
- d) Canalul Panama
- e) Empire State Building
- f) Basilica San Pietro din Roma
- g) Marele Zid Chinezesc

În timp ce se citea lista, profesorul a observat că o elevă încă mai scria . Acesta a întrebat-o dacă are dificultăți și eleva a răspuns: „e atât de greu să decizi, sunt atâtea minuni pe lume!”. Profesorul a întrebat-o dacă o poate ajuta. Eleva a ezitat puțin și apoi a răspuns: „cred că cele șapte minuni ale lumii sunt: a vedea, a auzi, a mângâia, a savura, a simți, a râde, a iubi.” Colegii au rămas tăcuți. Aceste lucruri sunt așa de simple încât nici nu ne dăm seama cât sunt de minunate. ”

Discutați cu elevii povestea. Solicitați elevilor să completeze pe fișa de aplicație dată cele șapte minuni pe care le are fiecare și care îl ajută să fie special și să se dezvolte.

FIȘĂ:

Se spune că lumea are 7 minuni. Care sunt cele 7 minuni ale tale?

- 1) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 2) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 3) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 4) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 5) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 6) Sunt o minune, pentru că pot să.....
- 7) Sunt o minune, pentru că pot să.....

2. Cereți elevilor să deseneze pe tortul din imaginea dată atâtea lumânări câți ani au, iar în flacăra fiecărei lumânări să enumere anii până la vârsta actuală. Solicitați copiilor să scrie, în lumânarea care desemnează anul întâi de viață care achiziția cea mai importantă pentru un copil de un an. Aceasta va fi scrisă în spațiul liber din lumânare. Astfel se va proceda și cu celelalte lumânări până se va ajunge la vârsta prezentă. Discutați cu copiii achizițiile fiecărei vârste, așa cum le percep ei. După ce completează fiecare tortul, elevii sunt invitați să-și prezinte „tortul personal”.

3. Completează spațiile punctate:

Un copil este ca.....

Un copil este , pentru părinții lui ca o

Dacă ar fi culoare ,un copil poate fi culoarea.....

Dacă ar fi o formă geometrică ,un copil ar fi.....

Dacă ar fi un animal un copil ar fi,.....

4. Comentarea citatului:

„Dacă vrei soare , așteaptă răsăritul.

Dacă vrei curcubeul ,așteaptă ploaia.

Dacă vrei zăpadă așteaptă iarna.

Dacă vrei să fii copil,zâmbește.”