

- *Fișa de lucru* –
- *instrument specific pentru dezvoltarea de abilități socio-emoționale*

- *elaborată în funcție de nevoi specifice de servicii psiho-sociale de sprijin ale preșcolarilor/ elevilor din grupul țintă, pe categorii de vârstă pentru proiectul POCU/784/6/24/139599 ProAcces -*

Nume, prenume copil (din grupul țintă):.....

Vârsta:.....

Obiectivele generale al instrumentului original elaborat de către expert:

Identificarea/propunerea unor tehnici de evaluare și instrumente de lucru apte de a ghida analiza de nevoi care va fundamenta planul de măsuri remediale, dar și evaluarea stadiului de dezvoltare cognitivă și socio – emoțională a preșcolarilor și elevilor din grupul țintă.

Categoria de vârstă vizată: 6 – 14 ani

Obiectiv de lucru specific suportului emoțional/psihologic:

- creșterea sentimentului eficienței de sine
- creșterea nivelului stimei de sine
- conștientizarea pozitivă a identității de sine

Această tehnică este destinată să ajute copilul să vadă o situație potential negativă într-o lumina nouă, care să îl ajute să dezvolte mecanisme de coping rational și emotional eficient în situații noi sau dificile.

Tehnica de lucru: Expertul solicită copiilor să se gândească fiecare în parte la o situație în care s-au simțit inadecvați, incapabili sau rușinați, etc. (expertul prezintă o listă de stări care sugerează lipsa de resurse). Se discută cu fiecare copil pentru a

schimba gândurile lor negative cu gânduri pozitive despre situația respective utilizând itemii de mai jos.

Se pun întrebări specifice la care copii răspund individual sau în grupuri de lucru, formate și îndrumate pe platforma online de către expert .

- Model întrebări expert:

Fișă de conversație pozitivă cu sine

1. Ce gândesc despre această situație?

.....
.....
.....
.....
.....

2. Ce gânduri sunt gânduri negative?

.....
.....
.....
.....
.....

3. Care sunt câteva gânduri pozitive despre această situație?

.....
.....
.....
.....
.....

4. Care este modul nou în care privesc acum această situație? Cum mă face să ma simt atunci când privesc astfel situația?

.....
.....
.....

.....
.....

2. Expertul oferă token-uri pozitive la fiecare afirmație pozitivă despre sine a copilului.

3. Scrie răspunsul tău la următoarea afirmații:

a. Sunt mândru de

.....
.....
.....
.....

b. Lucrurile pe care mi-ar plăcea să le schimb la mine sunt:

.....
.....
.....
.....

4. Expertul cere copiilor să stabilească un semn verbal care să îi ajute să își stopeze gândurile negative (spre exemplu: „ Pampam” sau „Shazam”) și copiii sunt instruiți să îl utilizeze când observă gânduri negative la ei înșiși sau la ceilalți

- Răspuns copil din grupul țintă:.....

5. Expertul organizează o „vânătoare de realizări” și fiecare copil este instruit să scrie despre realizările personale și despre ale celor din grup.

Expertul ajută copiii cu o listă cu următoarele realizări:

- a fost / este bun, de ajutor cu un prieten / coleg
- a fost / este membru al unei echipe de sport

- a practicat / practică un sport, o activitate :...
- își face în mod regulat temele
- a înfruntat o teamă
- a avut / are grijă de un animal de companie / de animale
- a spus cuiva cum se simte
- a ascultat pe cineva când persoana i-a spus cum se simte
- a câștigat un premiu sau o recompense
- afăcut o greșeală și a învățat lucruri importante din ea
- a fost de ajutor fratelui sau surorii sau părintelui
- a încercat o nouă activitate chiar dacă i-a fost foarte greu\

Copiii bifează „realizarea” și își scriu povestea personală asupra acesteia”

- Răspuns copil din grupul țintă:.....

Concluzii și recomandări:

.....
.....
.....

Expert de sprijin psihosocial Elena Sandu