

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

### **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**

#### **FIȘE DE AUTOCUNOAȘTERE:**

Fișa de lucru „Eu și corpul meu”

Fișa de lucru „Care sunt valorile tale?”

Fișa de lucru „Harta inimii”

## Fișa de lucru „Eu și corpul meu”

Ce face corpul meu pentru mine?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Ce iubesc la corpul meu?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Ce este unic la mine?

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Ce pot face să fiu mai puternic și sănătos?

- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

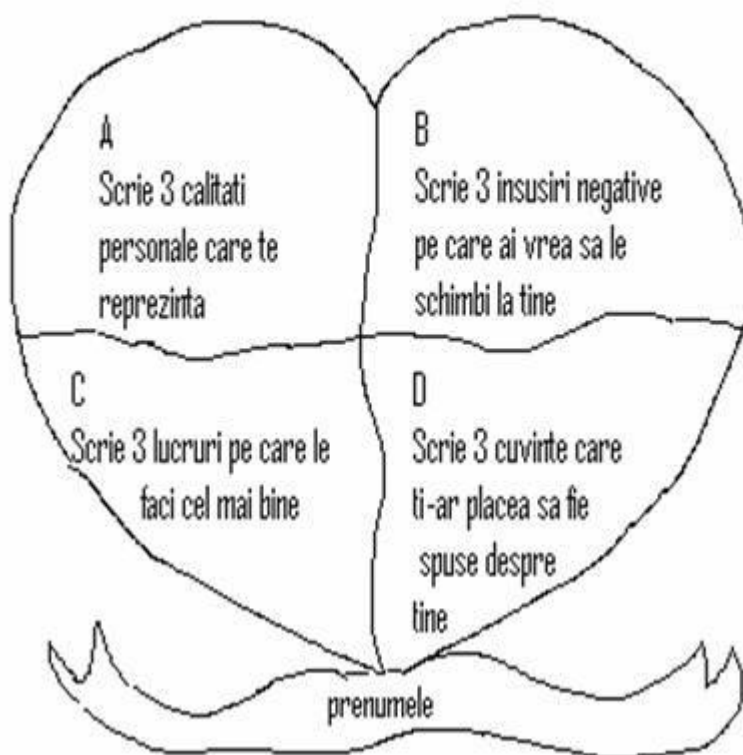
## Fișa de lucru „Care sunt valorile tale?”

Marchează cu “+” valorile importante și cu “-” pe cele neimportante.

Varietate	
Ajutorarea celorlalți	
Independența	
Colegialitatea	
Împlinire	
Apartenență	
Securitate	
Putere și autoritate	
Echilibru între rolurile deținute (în familie, profesie, societate)	
Creativitate	
Stabilitate	
Senzații tari, risc	
Profit material	

## Fișa de lucru „Harta inimii”

### HARTA INIMII



A  
Scrie 3 calități personale care te reprezintă

B  
Scrie 3 însușiri negative pe care ai vrea să le schimbi la tine

C  
Scrie 3 lucruri pe care le faci cel mai bine

D  
Scrie 3 cuvinte care ti-ar placea să fie spuse despre tine

prenumele