

## PLAN DE ACTIVITĂȚI

### de realizat cu copiii din grupul țintă al Proiectului în funcție de nevoile psihosociale identificate

Planul de activități în funcție de nevoile psihosociale identificate prin analiză este conceput astfel încât să se axeze pe:

- **Stimularea dezvoltării cognitive** – lărgirea bazei de cunoștințe, a versanților expresiv și receptiv ai limbajului, a înțelegerii lecturii unui text, a capacităților de analiză și sinteză, abstractizare și generalizare, transfer al cunoștințelor.  
Vor fi folosite în acest scop exerciții logopedice, fișe de lucru, activități de rezolvare de probleme (de la practic la abstract, desen și modelaj – pentru vârstele mici)
- **Dezvoltarea limbajului**, nu doar ca resursă cognitivă și de învățare, ci ca o cheie pentru interacțiuni sociale mulțumitoare și astfel, prin crearea rețelei de suport social, pentru creșterea rezilienței  
Aceasta va presupune lectura și comentarea celor lecturate (în funcție de grupa de vârstă, basme terapeutice, story telling, vizionare de filme educative și sintetizarea celor observate, dialog dirijat etc)
- **Dezvoltarea autonomiei personale** (preșcolari și școlarii mici) – prin activități de sporire a motricității fine și grosiere, încurajarea activităților practice, explicarea rolului dobândirii autonomiei personale și a reducerii dependenței, învățarea unor noțiuni de igienă mintală etc
- **Dezvoltare și optimizarea abilităților de socializare**  
Se vor utiliza pentru acest palier consilierea în grup, feedback-ul pozitiv oferit de membrii grupului, prezentarea unor strategii de comunicare eficientă, învățarea unor tehnici de dezamorsare a situațiilor tensionate.

Vom folosi lucrul pe proiecte în echipe mici pentru deprinderea abilităților de lucru în echipă, colaborare, implicare— abilități necesare pentru prevenirea abandonului școlar, apoi pentru inserarea în grupul de muncă

➤ **Dezvoltarea deprinderilor și atitudinilor ce contribuie la formarea profilului vocational**

Aceasta se va realiza prin informații cu privire la posibile trasee vocaționale, tipuri de aptitudini pe care le presupun, folosindu-se nu doar expunerea, ci și interacțiunea de grup, împreună cu tehnici de autocunoaștere

➤ **Dezvoltarea echilibrului emoțional, a rezilienței la adversitate**

Se vor folosi tehnici de recunoaștere și denumire a emoțiilor, strategii de manageriere a lor, deprinderea unor tehnici de relaxare și mindfulness, învățarea conduitei amănării, a punerii în perspectivă, a normalizării anumitor componente (a înțelege că anumite emoții fac parte din experiența oricărui persoane și că acestea nu trebuie reprimite)

➤ **Dezvoltarea unor mecanisme de coping eficiente**

Vom îndrepta copiii către acele activități din care pot culege satisfacții, pentru care au aptitudini și pentru care pot fi recompensați prin feedback pozitiv, îi vom învăța să se folosească de umor ca mecanism de coping, să propună mai multe tipuri de soluționare a situațiilor problematice, să își înțeleagă și conțină reacțiile emoționale.

➤ **Stimularea formării identității de sine**, a componentelor sale – importantă mai ales la vârsta adolescenței

Vom proceda la sesiuni de autocunoaștere, redactare de eseu cu tema *cine sunt eu?*, folosirea matricii de autocunoaștere/intercunoaștere Joharry, perceperea statusului în grupul social folosind tehnici de sociometrie etc

➤ **Stimularea** a imaginii de sine pozitive ca mediator al unei vieți satisfăcătoare – ca tehnici predilecte vor fi oferite sper  
completare fișe de lucru cu atribute, înțelegerea propriilor competențe, abilități, puncte forte și modul în care ne putem doborî de ele spre a avea succes în viață.