



EIP

Educăm • Împuternicim • Prevenim

CURS DE FORMARE

Abilități de luare a deciziilor și formare a relațiilor pentru tinere minore aflate în risc de exploatare sexuală și trafic de persoane

AUTORI:

Ana Maria Cordun
inspector specialitate
ANITP Centrul Regional
Timișoara

Claudia Gudiu
inspector specialitate
ANITP Centrul Regional
Timișoara

Simona Ilioni Loga
psihoterapeut
Cabinet Individual de
Psihoterapie

Flavius Ilioni Loga
Asistent Social
Asociația LOGS
Grup de Inițiative Sociale



1. Introducere

Traficul de persoane reprezintă o afacere ce produce un profit anual de 2.7 miliarde euro doar în UE, conform estimărilor Comisiei Europene (European Commission, 2020, p. 1) și aduce costuri sociale majore. Cetățenii români se află în fruntea listei de victime ale traficului de persoane în cadrul UE (European Commission, 2020, p. 3). Copiii reprezintă un sfert din totalul victimelor traficului de persoane în UE, dintre aceștia peste 60% fiind racolați pentru exploatare sexuală (European Commission, 2020, p. 7). Pentru România, statisticile ANITP din perioada 2017-2020 arată o preponderență a victimelor de gen feminin, acestea reprezentând minim trei sferturi din totalul victimelor identificate anual, în procent de 76%, 73%, 83% și 77% (ANITP, 2017; ANITP, 2018; ANITP, 2019; ANITP, 2020). Majoritatea victimelor sunt exploatare sexual. Din totalul victimelor identificate, minorii reprezintă un procent îngrijorător, cea mai mică preponderență fiind de 42% în 2018, iar cea mai mare de 51% în 2017.

Prevenirea reprezintă o dimensiune importantă în strategia europeană și națională de luptă împotriva traficului de persoane. Campaniile de informare și sensibilizare, programele de cercetare și educare sunt dimensiuni importante în această strategie. Proiectul *EIP - Educăm, Împuțernicim, Prevenim* are în vedere educarea și informarea potențialelor victime ale traficului de persoane. Formarea capacității decizionale a minorelor vulnerabile este principala axă a metodologiei de training.

Proiectul *EIP - Educăm, Împuțernicim, Prevenim* a urmărit formarea a 100 beneficiari din categorii vulnerabile, mai exact minori și tineri din județele Timiș, Arad și Caraș-Severin care provin din medii defavorizate, centre de plasament sau școli pentru persoane cu nevoie speciale. Aceștia vor fi identificați cu ajutorul partenerilor de proiect precum și al altor parteneri instituționali.

Aceasta metodologie poate fi folosită de profesori, asistenți sociali, pedagogi sociali, angajați ai centrelor de plasament, asistenți maternali sau alte persoane care doresc să realizeze activități de prevenire a traficului de persoane pentru minori, categorii vulnerabile din România, etc. Acest program de formare a fost dezvoltat de Agenția Națională Împotriva Traficului de Persoane - Centrul regional Timișoara în cooperare cu LOGS - Grup de Inițiative Sociale, cu sprijinul Institutului Francez Timișoara și al Cabinetului Individual de Psihoterapie Simona Ilioni Loga.

Curicula cuprinde diferite metode non-formale concentrate pe diferite tematici de interes, folosite de trainerii autori în alte cursuri sau asimilate prin participarea la alte formări naționale sau internaționale. Metodele preluate / adaptate din alte manuale de formări similare sunt citate și cuprinse în bibliografie.

2. Termeni

Traficul de persoane reprezintă recrutarea, transportarea, transferarea, adăpostirea sau primirea unei persoane în scopul exploatării acesteia, săvârșită:

- a) prin constrângere, răpire, inducere în eroare sau abuz de autoritate;
- b) profitând de imposibilitatea de a se apăra sau de a-și exprima voința ori de starea de vădită vulnerabilitate a acelei persoane;
- c) prin oferirea, darea, acceptarea sau primirea de bani ori de alte foloase în schimbul consimțământului persoanei care are autoritate asupra acelei persoane (Art. 210 Codul Penal).

Stare de vulnerabilitate înseamnă o situație în care persoana în cauză nu poate decât să se supună abuzului implicat, neavând o alternativă reală sau acceptabilă (Parlamentul European & Consiliul UE, 2011).

Exploatarea unei persoane presupune:

- a) supunerea la executarea unei munci sau îndeplinirea de servicii, în mod forțat;
- b) ținerea în stare de sclavie sau alte procedee asemănătoare de lipsire de libertate ori de aservire;
- c) obligarea la practicarea prostituției, la manifestări pornografice în vederea producerii și difuzării de materiale pornografice sau la alte forme de exploatare sexuală;
- d) obligarea la practicarea cerșetoriei;
- e) prelevarea de organe în mod ilegal. (Art. 182 Codul Penal)

Victima traficului de persoane este persoana care a fost recrutată, transportată sau transferată, prin mijloace specifice de coerciție, înșelăciune, abuz de putere sau al stării de vulnerabilitate, în scopul exploatării sale, pe teritoriul statului de origine/reședință sau transnațional, indiferent dacă exploatarea a survenit sau nu. Consimțământul victimei la exploatare e irelevant dacă a fost folosit oricare dintre mijloacele menționate pentru exploatare (ANITP, 2018).

Victima potențială a traficului de persoane este persoana detectată înainte de a fi exploatăată, în timpul exploatării sau după ce a ieșit din situația de trafic și care prezintă semne specifice procesului de trafic (ANITP, 2018).

Victima identificată a traficului de persoane este persoana (adult sau minor) care dobândește statutul legal de persoană vătămată/martor, după ce colaborează cu organele de urmărire penală, din perspectiva legală, sau după ce instituții sau organizații specializate îi atribuie acest statut, din perspectiva victimologică (ANITP, 2018).

3. Durata cursului și participanți

Se intenționează ca acest curs să fie livrat în 6 ore prin sesiuni de învățare față în față. Programul este împărțit în 3 sesiuni cu 3 lecții centrate pe dezvoltarea abilităților de luare a deciziilor:

- Autocunoaștere și încredere în sine
- Încredere în alții: persoane și resurse
- Luarea deciziilor

Fiecare întâlnire cuprinde o lecție (unitate) și are o durată de învățare de 2 ore. Fiecare unitate va fi implementată printr-o serie de metode participative practice și explicații teoretice scurte. Raportul de predare a cursului într-un format față în față depinde de evaluarea formatorului a nevoilor și a nivelului educațional al cursanților, dar este recomandabil un număr de maximum 15 tinere să participe la formare.

Grupul țintă îl reprezintă tinere aflate în centre de plasament din România cu vârsta cuprinsă între 14 - 18 ani (minore), dar și în afara acestor limite de vârstă, atunci când situația o impune (recomandarea asistenților sociali din cadrul centrelor de plasament, interesul individual al tinerelor, episoade de trafic în cadrul centrului, etc).

4. Metodologia generală

Metodologia didactică se bazează pe o paradigmă constructivistă ce susține că transmiterea de cunoștințe nu se realizează printr-un proces de predare cu dascălul ori instructorul în față și elevii ascultând pasiv, ci printr-un proces activ de construire a cunoașterii folosind interesele și cunoștințele deja existente ca bază. Constructivismul accentuează deci atât dimensiunea individuală, cât și socială a procesului de învățare (Hyslop-Margison & Strobel, 2008, p. 75).

Din punct de vedere al practicii pedagogice, adoptarea unei asemenea paradigme înseamnă prioritizarea participării active a participanților la curs, folosind exerciții și exemple multiple aplicate multiple și încurajând rezolvarea și reflectarea asupra acestora în grup. De asemenea, constructivismul încurajează contestarea unor imagini pre-existente despre propria persoană care pot exacerba o stare de vulnerabilitate (prin exerciții de autocunoaștere ce îndeamnă la socializare și explicare).

5. Structura cursului

Structura generală a timpului și unitățile tematice sunt:

Unitate	Durăță	Lecție
1	2 ore	Introducerea cursului / Autocunoaștere și încredere în sine
2	2 ore	Încredere în alții: persoane, surse
3	2 ore	Luarea deciziilor / Evaluare, întrebări, feed-back, concluzii ale instruirii
Total:	6 ore	

Agenda propusă pentru unitățile tematice:

Sesiunea I - 2 ore

1. Introducerea cursului (15 min)
 - Începeți cu un ice breaker de cunoaștere a participanților și pentru construirea unor așteptări pozitive legate de întâlnire
 - Prezentare succintă a campaniei și scopului instruirii.
2. Autocunoaștere și încredere în sine (1 oră, ice breaker de cunoaștere a participanților - 30 min)
3. Evaluare, concluzii, întrebări, feedback (15 min)

Sesiunea II - 2 ore

1. Ice breaker (15 min)
2. Încredere în alții: persoane, resurse (1 h 30 min)
3. Evaluare, concluzii, întrebări, feedback (15 min)

Sesiunea III - 2 ore

1. Ice breaker (15 min)
2. Luarea deciziilor (1 h, 30 min)
3. Evaluare, concluzii, întrebări, feedback (15 min)

Metodologia prezintă multiple exerciții care pot fi folosite pentru realizarea obiectivelor de învățare. În funcție de specificul clasei, vârsta, implicare se vor alege de către trainer, cele mai potrivite activități. Durata activităților va fi flexibilă în funcție de agenda generală, parcursul activităților și gradul de implicare.

Structura generală a unităților și a metodelor

Unitate	Durață	Curs
1	15 min	Introducerea cursului / Ice breaker de cunoaștere a participanților
1	1 oră, 30 minute	Autocunoaștere și încredere în sine <i>Metode:</i> - Cartea mea de vizită - Termină propoziția cu ... - Sunt un om vestit! - Adevărat sau Fals? - Ai câștigat la loto! - Copacul capacităților - Sursele mele de bucurie - Situații neplăcute - O minune - Cât de mult valorezi
1	15 min	Evaluare, concluzii, întrebări, feedback Invitați participanții să scrie pe bilețele un lucru nou pe care l-au învățat în cadrul întâlnirii. Lipiți bilețelele pe un flip-chart și prezentați-le succint publicului.
2	15 min	Ice breaker de cunoaștere a participanților
2	1 oră, 30 minute	Încredere în alții: persoane, resurse <i>Metode:</i> - Povestea colajului - Ampretele digitale - Colaj cu numele propriu - Cine sunt, de unde vin încotro ma îndrept - Resurse personale - Jocul „Ghidul Prieteniei” - A fi un prieten bun - Rezistența la presiunea grupului - Filmul „Prietenia”
2	15 min	Evaluare, concluzii, întrebări, feedback Invitați participanții să scrie pe bilețele un lucru nou pe care l-au învățat în cadrul întâlnirii. Lipiți bilețelele pe un flip-chart și prezentați-le succint publicului.
3	15 min	Ice breaker de cunoaștere a participanților
3	1 oră, 30 minute	Luarea deciziilor <i>Metode:</i> - Decizii dificile - Gestionarea Conflictelor - Metoda cu 4 câmpuri - Cum luăm propriile decizii - Gândirea diferită - Gândire laterală - Vizionare film Exit – Vieți Paralele & discuții
3	15 min	Evaluare, întrebări, feedback, concluzii ale formării Lucrați în grupuri și sumarizați fiecare abilitate învățată.
Total:	6 ore	

ICE - BREAKURI / ACTIVITĂȚI DE INTRODUCERE:

1. Trei cuvinte

Într-un cerc fiecare persoană își va spune numele, un cuvânt care o definește (cum sunt ei ca persoane) și un semn a ceva ce îi place să facă (de ex va arăta cu mâinile că îi place să înoate, sau cu picioarele că îi place să joace fotbal). După ce toată lumea își spune cele 3 cuvinte, sunt rugați participanții să își amintească cât mai multe din cele 3 cuvinte rostite.

2. Două adevăruri, o minciună

Fiecare participant trebuie sa scrie pe 1 foaie trei lucruri despre sine. Dintre cele trei afirmații, una ar trebui să fie falsă (dar nu evident de falsă). Participanții vor lipi foaia pe piept și se vor plimba prin sală și va trebui să ghicească unii la alții care dintre cele trei afirmații este o minciună și care sunt adevărurile. Acest joc va pune la muncă creativitatea.

3. Aruncarea ursulețului

Se aruncă un ursuleț/ minge de la un participant la altul. Participanții pot pune o întrebare spontană persoanei care aruncă obiectul. Persoana respectivă răspunde la întrebare și aruncă mai departe ursulețul, punând și ea la rândul ei o întrebare pentru următorul copil.

4. Niciodată nu am

Sala de curs se împarte în 2 grupe: Adevărat și Fals. Se citesc apoi declarațiile de mai jos și sunt încurajați participanți să aleagă locul care se potrivește la afirmațiile de mai jos:

Nu am avut niciodată un câine de companie.

Niciodată nu am văzut vreun strut.

Nu m-am îndrăgostit niciodată.

Nu am avut niciodată propriul meu laptop.

Niciodată nu am fost la un club.

Nu am fost niciodată în afara țării

Nu mi-am mințit niciodată bf / gf.

Nu am fumat niciodată.

Nu am postat niciodată un videoclip cu mine dansând pe social media.

Pot fi adăugate și alte declarații în funcție de specificul participanților, localitatea sau alte obiceiuri locale.

5. Înelirea în pătură

Se întinde o pătură pe jos și un voluntar din grup se întinde pe un capăt al păturii, punând în mod simbolic toate grijile, problemele lui acolo. Grupul îl înfășoară în pătură și îl ridică în sus câteva momente. Voluntarul înfășurat se așează înapoi pe jos și se desfășoară din pătură, în mod simbolic rămânând în pătură toate grijile și gândurile negative. După joc, pătură este scoasă afară și scuturată bine pentru a scăpa de problemele rămase acolo.

Unitate 1: Autocunoaștere și încredere în sine

Durata: 2 ore

Lecție:	Introducerea cursului / Autocunoaștere și încredere în sine
Obiective:	<p>O1. Capacitarea participanților de a se autodescrie și a se descoperi</p> <p>O2. Creșterea percepției pozitive asupra propriei persoane, a stimei de sine și a valorii corpului propriu.</p> <p>O3. Dezvoltarea conceptului de inviolabilitate a persoanei</p>
Idei:	<ol style="list-style-type: none"> Asigurați-vă că locația unde se desfășoară cursul este luminoasă, destul de mare pentru întregul grup și nu are elemente de distragere (un TV aprins, gălăgie, etc) Participanții pot fi așezați în cerc pentru o comunicare directă, fără elemente care să pară obstacole (1 masă, birouri, etc). Este necesar accesul la mese pentru o parte din activități. Este de preferat ca sala să fie destul de mare încât să există posibilitatea de a sta în cerc la unele activități, de a ne muta la mese, pe grupe, pentru alte activități. Folosiți muzica de fundal. Muzica crează o atmosferă linisită și umple golul în special înaintea primei întâlniri când participanții și trainerul nu se cunosc. Folosiți muzica în pauze, ca un element de identificare a pauzei. Când muzica se oprește, începe cursul. Prezentați obiectivele cursului, într-o manieră pozitivă. De ex „Suntem azi aici să ne cunoaștem mai bine și să aflăm cum putem să devenim persoane mai grozave și să reușim să ne atingem visele în viață.”
Concepte psihologice:	<p>* Conceptul de valorizare a propriului corp se construiește în mica copilărie prin experiențele învățate și integrate în copilărie.</p> <p>* Dezvoltarea capacității de a se descoperi, de a se valoriza, de a conștientiza propriul corp este bazată pe interacțiuni, pe relaționare sănătoasă cu persoana de atașament iar mai târziu, cu sine însuși.</p> <p>O experiență sănătoasă, corectă, prin care copilul învață despre sine că este o identitate unică, separată, că are o personalitate și un corp care merită valorizat se învață astfel: Părintele spune, comunică bebelușului despre ce urmează să facă („ acum te schimb”, ” acum îți fac baie ”, „ tu vei merge la somn, tu vei mânca”, etc.). Astfel de comportamente se automatizează în relația cu copilul însă, acestea structurează, definesc spațiul personal, corporal, îl învață pe copil că, el este o persoană diferită.</p> <p>* Aceste simple concepte pun bazele pentru a construi stima de sine, pentru a se percepe pe sine, pentru a se descrie dar mai ales pentru a se vedea pe SINE.</p> <p>* Momentul percepției de sine este cel care permite dezvoltarea personală, schimbarea.</p> <p>* Pentru a-și putea descoperi propria persoană, un individ are nevoie să cunoască valoarea propriului corp, propriului sine.</p> <p>Activitățile de mai jos permit explorare ludică, filtrul proiectiv fiind temperat, astfel, oferind unei persoane posibilitatea de a învăța despre sine, de a se vedea în manieră pozitivă.</p>

<p>Puncte cheie de încheiere a activității:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - „Este grozav să aflu așa de multe lucruri interesante despre voi. Fiecare sunteți niște persoane minunate” - „Cum se simte când cineva vorbește așa frumos despre tine?” - „Cineva spunea că oamenii din jur nu ne vor respecta mai mult decât ne respectam noi însine. De aceea este important să ne vedem ca persoane frumoase, valoroase și care putem să ne atingem visele” - „Credeți în voi. Este cel mai mare cadou pe care vi-l puteți oferi vouă înșivă”
--	--

Metode:

1. Cartea mea de vizită

Se folosesc creioane colorate, carton și hârtie colorată. Se cere participanților să aleagă dintre culorile, cartonul și hârtia colorată oferite. Cu ajutorul materialelor, participanții trebuie să deseneze un simbol care să îi caracterizeze (se pot da mai multe criterii după care să își aleagă simbolurile). Agățând în piept “cartea de vizită” participanții se așează în cerc și își prezintă simbolurile explicând fiecare în parte ce semnifică acest simbol și ce reprezintă pentru ei.

2. Termină propoziția cu ...

Fiecare participant va completa pe o foaie răspunsul la următoarele întrebări care vor fi citite pe rând de către trainer și va lăsa câteva secunde pentru răspuns:

1. Numele meu este:
2. Culoarea mea preferată este:
3. Animalul meu preferat este:
4. Cel mai draguț/bun lucru pe care l-am făcut vreodată a fost:
5. Cel mai frumos gest care mi s-a făcut vreodată a fost:
6. Cea mai bună zi din viața mea a fost:
7. Cea mai proastă zi din viața mea a fost:
8. Am fost cel mai fericit atunci când:
9. Am fost foarte nefericit atunci când:
10. Cel mai mult îmi place să:
11. Mă pricep cel mai bine la:
12. Dacă aș putea să călătoresc oriunde aș merge în:
13. Pe o insulă nelocuită aș lua cu mine următoarele 3 obiecte:
14. Dacă aș fi un animal aș fi _____ pentru că _____
15. Dacă aș fi o culoare aș fi _____ pentru că _____
16. Aș fi foarte mulțumit dacă:
17. Pentru mine cel mai important este:
18. Nu mi-aș putea închipui viața fără să:
19. Nu îmi place să mă gândesc la:
20. Aș regreta foarte mult dacă:
21. Mă înfurii atunci când:
22. Când o să cresc mare o să:
23. Dacă aș fi magician aș:
24. Cea mai mare frică a mea este:
25. Aș fi mai fericit dacă:

După finalizare se pot alege unele întrebări și cere participanților să spună ce au scris. Se vor folosi pentru început întrebări simple și în funcție de deschiderea și implicarea grupului se poate trece la întrebări mai profunde și importante.

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

3. Sunt un om vestit!

Fiecare participant va povesti o întâmplare imaginară despre cum a devenit un om vestit, o celebritate, cine este, la ce a obținut rezultate extraordinare, care este cea mai importantă însușire a lui, cum se simte ca un om celebru. Cu fiecare participant se discută despre cum a ales viitorul a cărui soartă și-ar dori-o. Se pot obține informații despre dorințele ascunse, valori, scopuri, proiectare în viitor, imaginația copiilor.

4. Adevarat sau Fals?

Împarte sala de curs în 2 zone: Zona 1: Adevarat sau Corect sau Da și Zona 2: Fals, Greșit sau Nu. Citește următoarele declarații la persoana I și cere participanților să aleagă zona din sală care li se potrivește.

1. Am o zi foarte faină.
2. Îmi place foarte mult matematica
3. Îmi place cânt
4. Îmi place să ies în natură.
5. Îmi place să merg la Mall
6. Îmi place să fac sport
7. Am mulți prieteni
8. Când voi fi mare, știu ce voi profesa.
9. Știu ce calitati vreau să aibă iubitul meu.
10. Sunt valoroasă!

Adresează întrebări exploratorii după fiecare întrebare și află care sunt valorile comune. Participanți vor împărtăși în grup experiențe, amintiri, dorințe, valori.

5. Ai câștigat la loto!

Ați câștigat o imensă sumă de bani cu care puteți face orice. Fiecare copil va răspunde la următoarele 3 întrebări:

1. I-aș cheltui pe _____ pentru că _____
2. Nu i-aș cheltui pe _____ pentru că _____
3. Aș da din această sumă lui _____ pentru că _____

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

6. Copacul capacităților

Pe un carton mare (120x80cm) se va desena un copac care să aibă atâtea ramuri câți participanți sunt în grup. La capătul ramurilor se scriu numele participanților. Frunzele copacului conțin câte o capacitate/ abilitate. Se vor scrie lucruri la care tinerii se pricep cel mai bine (sport, citit, hobby-uri, etc). La final se accentuează că viața copacului vine din frunze. De aceea este important să ne înțelegem fiecare abilitățile în viață.

7. Sursele mele de bucurie

Participanții vor desena pe o foaie sursele lor de bucurie (lucruri care îi fac pe ei bucuroși). Se vor prezenta desenele și se vor cere explicații suplimentare, dacă este cazul. Atmosfera trebuie să fie deschisă și pozitivă.

8. Situații neplăcute

Participanții se gândesc la o situație neplăcută în care ei trebuie să relateze cele întâmplate unor adulți. De exemplu: au spart un geam la școală și trebuie să-și recunoască vina în fața profesorului. Cum au formulat problema, cum s-au simțit, cum a reacționat profesorul? Împreună să găsească modalitatea cea mai bună de relatare a evenimentelor neplăcute, sub forma unei piese de teatru.

9. O minune

Liderul grupului pregătește o cutie învelită și căptușită cât mai frumos în care așează o oglindă. Cutia poate să fie de diferite mărimi: o cutie mică de bijuterii sau o cutie mare cu o oglindă mare în ea. Cu o introducere cât mai misterioasă, conducătorul creează o atmosferă magică pentru joc: “Am adus aici o cutie ciudată în care se află o minune. Fiecare dintre voi va veni aici pe rând și îi voi arăta minunea. Trebuie să vă uitați bine la ceea ce vedeți. Rugămintea mea este să păstrați secret ce ați văzut, până la terminarea jocului.” După activitate se discută sentimente, reacții și faptul că fiecare dintre noi suntem ființe unice, suntem o minune. Este foarte importantă că persoanele care au văzut „minunea” să nu spună celorlalți participanți secretul.

Se pot folosi două săli, dacă este posibil sau un hol, și persoanele să intre pe rând. Acest lucru va crește așteptarea și va crea mai multă magie. Este important să existe șervețele, uneori aceasta activitate este foarte emoționantă.

Se va folosi muzica de relaxare pe fundal, pentru a crea un mediu confortabil și de siguranță.

10. Cât de mult valorezi¹

Se va citi tuturor participanților povestea următoare. Apoi fiecare participant va răspunde la întrebările din fișa de lucru, ce va fi printată și distribuită fiecărei persoane. În funcție de interacțiunea cu cursanți întrebările se pot pune și sub forma de o discuție cu tot grupul. Se va avea grijă ca toți participanți să nu răspundă și nu doar 1,2 persoane să monopolizeze discuția.

Paul, cu o figură tristă și abătută, se întâlnește cu prietena lui Carla într-o cofetărie, la o cafea. Deprimat, începu să se descarce în fața ei, povestindu-i despre numeroasele lui probleme, despre locul de muncă, bani, prieteni, scopul lui în viață și multe altele... Totul părea să îi meargă prost...

La un moment dat, Carla băgă mâna în geantă și scoase o bancnotă nou-nouță de 200 de lei. I-o întinse zâmbind:

- Vrei această bancnotă? Paul, puțin confuz, îi răspunse:

- Dacă o vreau? Bineînțeles, Carla... doar sunt 200 de lei! Cine i-ar refuza?!

¹ Tiberiu Culidiuc (coord), IMPACT – jocuri și povestiri, Manual de educație nonformală, ediția a II-a, 2015, Fundația Noi Orizonturi

Atunci Carla mută bancnota în mana stângă și o mototoli până făcu din ea un mic ghemotoc. Arătându-i ghemotocul lui Paul, îl întrebă din nou:

- Dar acum, mai vrei bancnota?

- Carla, nu știi ce urmărești, dar ghemotocul acela din mâna ta valorează în continuare un două sute! Bineînțeles că vreau bancnota, chiar și așa, dacă mi-o dai.

Carla desfăcu ghemotocul, aruncă bancnota șifonată pe jos și o călcă cu piciorul până când se murdări toată.

- Tot mai vrei bancnota?

- Ascultă, Carla, tot nu înțeleg unde vrei să ajungi. Chiar și așa, călcată în picioare și murdărită, este tot o bancnotă de 200 de lei, și până nu o rupi, își păstrează valoarea...

- Paul, tu ai spus-o – o bancnotă de 200 rămâne o bancnotă de 200! Ei bine, trebuie să știi că indiferent ce se întâmplă cu tine, chiar dacă uneori ceva nu iese cum vrei tu, chiar dacă viața te “îndoiește” sau te face un mic ghemotoc, tu continui să fii la fel de important cum ai fost întotdeauna...

Ceea ce trebuie să te întrebi este cât valorezi tu în realitate, nu cât de abătut ești la un moment dat sau cât de deprimat din cauza unor situații mai mult sau mai puțin trecătoare din viața ta.

Paul rămase nemișcat, uitându-se la Carla fără să zică un cuvânt, în timp ce cuvintele ei își croiau drum spre mintea și inima lui. Carla puse bancnota desfăcută pe masă, alături de ceașca lui Paul, iar cu un zâmbet complice, îi spuse:

- Ia banii, sunt ai tăi! Păstrează-i ca să-ți amintești de acest moment când vei cădea iar în butoi... iar când mi-i vei da înapoi, trebuie să-mi dai o bancnotă nouă... tot de 200, ca s-o pot folosi cu următorul prieten care are nevoie...

Îl pupă pe obraz și se îndreaptă spre ușă. Paul privi bancnota, zâmbi, o privi din nou și trezit parcă la o nouă viață îl strigă pe ospătar să achite consumația...

Fișă de lucru

- Ce s-a întâmplat?
- Care este părerea voastră în legătură cu povestea?
- Ce reprezintă de fapt bancnota?
- Ce puteți să învățați din această situație?
- Ce încearcă de fapt Carla să-i explice prietenului ei?
- Ați avut vreodată experiențe similare?
- Ce concluzie putem să tragem?
- Ce ați învățat fiecare despre voi înșivă din această poveste?
- Ce vei pune în practică și cum vei pune în practică cele învățate

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

Unitate 2: Încredere în alții: persoane, resurse

Durata: 2 ore

Lecție:	Încredere în alții: persoane, resurse
Obiective:	<p>O1. Creșterea gradului de recunoaștere a persoanelor de încredere versus persoane care nu sunt de încredere</p> <p>O2. Contextualizarea pericolului unui lover boy</p> <p>O3. Îmbunătățirea cunoștințelor pentru dezvoltarea unor rețele de persoane resursă, mentori sau oameni cu influență.</p>
Idei:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asigurați-vă că sala, materialele și ambianța sunt pregătite înaintea intrării participanților. 2. Feedback în urma primei întâlniri 3. Porniți unitatea II amintind unele din punctele cheie din unitatea I. 4. Purtați o discuție generală despre ce înseamnă prietenie și cum ne alegem prietenii, ce criterii folosim 5. Folosiți muzica de fundal. Muzica crează o atmosferă linisită, umple golul dintre activități și încurajează creativitatea
Concepte psihologice:	<p>* Nevoia de apartenență este nevoia care ghidează, impulsionează sau chiar gestionează relația unei persoane cu un grup de oameni, cu necunoscuți.</p> <p>Această nevoie se face vizibilă prin dorința de a se integra (nu contează prețul distructiv) într-un grup; modul de acceptare a unor abuzuri în viața proprie pentru a fi satisfăcută această nevoie de apartenență.</p> <p>* Această nevoie este satisfăcută în primul rând de către persoanele de atașament: prezența părinților în viața copiilor aduce cu sine următoarele beneficii: suport, încredere, model relațional, capacitate de autonomie sănătoasă.</p> <p>* Nevoia de apartenență este satisfăcută și prin valorizarea de sine, prin cunoașterea propriului Sine, al limitelor sănătoase.</p> <p>Dacă acestea au fost prezente activ, dacă, copilului i-a fost confirmată, amintită, susținută, satisfăcută această nevoie de a aparține, persoana / copilul / adultul va avea dezvoltată și abilitatea de a fi selectiv în relaționare, în aderarea la un grup sau altul dar, mai ales de a fi precaut emoțional, relațional.</p> <p>* Activitățile vizează abilitarea în aceste zone în care granițele sunt gri, unde nu există o certitudine / limită sănătoasă.</p> <p>Pot fi reamintite conceptele privind valoare de sine, limitele sănătoase - puterea de a spune NU, mai ales relațional.</p>
Puncte cheie de încheiere a activității:	<ul style="list-style-type: none"> - „Nu toate persoanele care ne vor prietenia, ne și sunt prieteni” - „Un cavaler care este misterios s-ar putea să asundă ceva” - „Discuția întodeauna cu cineva despre un nou iubit” - „Cere părarea unei persoane de încredere atunci când crezi că ești pregătită să intri într-o relație” - „Dacă ești în pericol cere întodeauna ajutor” - „Dacă cineva îți cere ajutorul vorbește cu cineva în cine ai încredere cum poți să ajuți”

1. Povestea colajului

Participanții sunt îndrumați să realizeze din imagini din reviste și orice alte materiale creative, sub forma unui colaj, pe o planșă mare un personaj fictiv, de vârsta lor. Numiți personajul și creați o mică poveste despre acesta. Se vor scrie apoi 3 vise/ obiective pe care personajul le are. Grupul va prezenta personajul vostru. Folosiți cât mai multe elemente creative/ desene în colaj pentru realizarea personajului.

De obicei grupul va proiecta prin personajul fictiv, propriile vise și obiective.

2. Ampretele digitale

Fiecare participant își imprimă amprentele digitale pe o foaie de hârtie, apoi cu ajutorul unei lupe se vor studia amprente. Și se evidențiază faptul că sunt diferite de la o persoană la alta. Apoi toate amprente vor fi amplasate pe un colaj pe perete, cu numele participanților.

3. Colaj cu numele propriu

Participanților li se cere să se uite prin ziare/reviste și să identifice literele numelui lor. Ei va trebui să caute suficiente litere pentru a-și scrie numele de câteva ori. Participanții va trebui să aranjeze literele astfel încât să își formeze numele pe foaia de hârtie. Încurajați-le să varieze unghiul literelor. Când sunt mulțumiți de aranjament se lipsesc literele pe foie (numele lor de mai multe ori și în mai multe forme), apoi colajul obținut se decorează cu creioane colorate. Identificarea numelui într-o formă colorată va avea un mesaj pozitiv asupra propriei persoane.

4. Cine sunt, de unde vin încotro ma îndrept

Participanții primesc o foaie de hârtie și creioane colorate/ cariocă. Ei trebuie să împartă coala de hârtie pe lățime în 3 părți egale prin îndoirea acesteia. În fiecare secțiune ei vor nota câte una din întrebări: în prima secțiune , în partea superioară va fi trecută întrebarea “ Cine sunt?”, în a doua “ De unde vin?”, iar în ultima “Încotro ma îndrept?”. Ei va trebui să răspundă la aceste întrebări folosind desenul. Desenul făcut nu trebuie neapărat să aibe sens pentru ceilalți, ci pentru ei. Apoi fiecare își prezintă răspunsurile în grup.

5. Resurse personale

Fișă de lucru

A. Subliniază 5 trăsături care te caracterizează cel mai bine:

cinstit,	corect,	curajos,	modest,	sincer,	inteligent,
harnic,	cuminte,	disciplinat,	ordonat,	politicos	

B. Ce trăsături pozitive ați dori să cultivați?

Optimism	sociabilitate	încredere în oameni
----------	---------------	---------------------

adaptabilitate	curaj	perseverență
----------------	-------	--------------

C. Completați:

Cred în mine pentru că.....

Nu-mi place la mine.....

Sunt fericit(ă) când.....

Mă simt respectat(ă) dacă.....

Sunt mândru de mine întrucât.....

D. Imaginează-ți că ești un copac (desenează-l!) și pe crengile sale sunt lucrurile pe care le știi despre tine în acest moment. Scrie pe frunzele copacului aceste lucruri.

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

6. Jocul „Ghidul Prieteniei”

Elevii sunt rugați să conceapă în grupuri de câte 4-5 persoane un ghid al prieteniei. Se poate porni de la o poveste imaginară în care ei ar trebui să ajute astfel o preadolescentă sau un preadolescent extraterestru care sunt începători în inițierea și menținerea relațiilor de prietenie pe pământ să înțeleagă cum se comportă oamenii când sunt prieteni unii cu ceilalți. Pentru elevii cu talent la desen acest ghid poate fi făcut prin intermediul benzilor desenate.

Puncte de discuție:

- Ce înseamnă să fii prieten cu cineva?
- Cum inițiem o relație de prietenie?
- Cum ne alegem prietenii?
- Ce comportamente trebui să facem pentru a menține o relație de prietenie?
- Cum solicităm ajutorul unui prieten atunci când avem nevoie?
- Ce așteptări avem de la un prieten?
- Ce credeți că așteaptă un prieten de la noi?

7. A fi un prieten bun

Obiectivul activității este de a dezvolta abilități de a iniția și menține relații de prietenie și a distinge între caracteristicile negative și pozitive ale prietenilor. Sunt necesare o tablă de scris/ flipchart, o pungă de hârtie, un marker, o foarfecă, 2 coli de hârtie pentru fiecare participant.

Se începe prin a invita fiecare participant să se gândească la un prieten cu care se înțelege cel mai bine. Fiecare va lua o foaie de hârtie și fără să scrie numele prietenului, va scrie câteva caracteristici și comportamente care îl fac pe acesta un bun prieten (ex este de încredere, nu mă jigneste, mă susține). Apoi, se cere participanților ca același lucru pentru cineva cu care nu se înțeleg bine (ex. mă bârfește, mă ignoră). După ce au terminat, pe table se fac două coloane și scrieți caracteristicile pozitive și negative, pe măsură ce elevii le împărtășesc pe cele scrise de ei . Distribuți pungile de hârtie, markererele și foarfecile și apoi cereți participanților să ia o altă foaie. Discutați despre faptul că nu îi putem controla pe cei din jurul nostru, oricât de mult ne-ar place acest lucru. În alte cuvinte, nu îi putem forța pe alții să fie prieteni cu noi, dar ne putem controla comportamentul iar acest lucru poate crește probabilitatea ca alții să dorească sa ne fie prieteni. De ex nu poți controla bârfele spuse de alții despre tine, însa poți avea control asupra deciziei de a-i bârfi și tu pe ei. Cereți participanților să se gândească la ei însiși ca prieteni. Cereți-le să scrie caracteristicile lor pozitive ca prieteni pe exteriorul pungii. Împărțiți participanții în grupuri (sau câte 2) și invitați-le să impartasescă cu ceilalți ce au scris pe pungă. Explicați că ei pot sa împărtășească celorlalți o parte din caracteristicile negative introduse în pungă sau pot decide să nu le împărtășească deloc. Dacă se cunosc bine și grupul este coeziv, le puteți cere sa își ofere feed-backuri constructive legate de acele caracteristici.

Întoarceți-vă în grupul mare și întrebați participanții dacă mai sunt caracteristici negative sau pozitive de adăugat pe table. Cereți participanților să reflecteze asupra a ceea ce au pus în interiorul pungii și să se gândească la caracteristicile pe care vor să le schimbe. Cereți participanților să scrie caracteristicile identificate , alături de alte 2-3 lucruri care ar putea să le facă pentru a facilita schimbarea . Invitați-le sa împărtășească ce au scris.

Discutați întrebările de conținut.

Întrebări de conținut:

1. Înaintea acestei activități ați fost conștienți de toate caracteristicile pe care grupul le-a identificat ca fiind caracteristici pozitive ale prietenilor? Dar de cele negative?
2. Cât de ușor sau dificil a fost pentru voi să vă gândiți la caracteristicile voastre pozitive ca prieteni? Dar de cele negative?
3. Credeți că este posibil ca o persoană să aibe doar caracteristici pozitive sau doar negative?
4. Dacă cineva are caracteristici negative, credeți că este posibil să se schimbe?
5. Ești un prieten rău în totalitate dacă ai unele caracteristici negative?
6. Ce ați învățat despre propriile caracteristici pozitive sau negative ca și prieteni?
7. Ce părere aveți despre planul de a lucra asupra propriilor caracteristici negative?
8. Ce ați învățat despre prietenie din acest exercițiu?

Follow-up: cereți participanților să construiască brățări ale prieteniei utilizând carduri 7x12 cm și așezându-le pe un șir de ață. Pe o parte a cardurilor se pot scrie caracteristici pozitive, pe care ei le consideră că le au , iar pe cealaltă caracteristici negative care cred ca pot fi schimbate.

8. Rezistența la presiunea grupului

Numeroși adolescenți se luptă acceptarea socială, presiunea de a experimenta și de a se angaja în diferite activități cu potențiale consecințe negative. La această vârstă nu este ușor să spui nu , dar este important să se gândească la consecințele unor alegeri de grup.

Obiectivul activității este de a identifica exemple pozitive și negative ale presiunii grupului , de a identifica consecințele cedării la presiunea grupului și modalități de a rezista la presiunea prietenilor. Sunt necesare materialele: „fișa rezistentă la presiunea prietenilor“ , hârtie și creion pentru fiecare participant, foi mari de flipchart, markere , bandă izolantă, scotch.

Exercițiul începe prin a discuta despre ce înseamnă presiunea prietenilor. Întrebați următoarele:

- Presiunea grupului este pozitivă , negativă sau poate fi în ambele feluri?
- Care sunt unele exemple de presiune negativă?
- Care sunt unele exemple de presiune pozitivă?
- Este greu pentru voi să rezistați presiunii prietenilor?
- Apar consecințe în urma cedării la presiunea prietenilor?

Dupa aceasta discuție cereți participanților să se gândească la două exemple: o ocazie în care ei sau cineva cunoscut a cedat presiunii negative a prietenilor, și o altă ocazie în care ei sau altcineva cunoscut a cedat presiunii pozitive. Cereți fiecăruia să descrie pe scurt (în scris) exemple pozitive și negative indicând consecințele. Indicați că nu trebuie să folosească numele. Cereți-le să împărtășească din aceste exemple.

Participanții vor completa fișa Rezistentă la presiunea prietenilor. Participanții se împart în grupuri și își împărtășesc răspunsurile. După discuții, se cere fiecărui grup să scrie cel puțin două modalități în care ei cred că cineva de vârsta lor ar putea rezista presiunii prietenilor. Scrieți strategiile pe foaia de flipchart.

Discutați următoarele:

1. Există consecințe negative la vreuna din problemele prezentate în fișa de lucru?
2. Există consecințe pozitive la vreuna din problemele prezentate în fișa de lucru?
3. În opinia voastră ce probleme ar putea avea cele mai negative consecințe?
4. În opinia voastră apare presiunea grupului pentru vreuna din problemele descrise în fișă?
5. Credeți că este mai rău să superi pe cineva decât să ai parte de consecințe negative ce pot apărea după ce faci ceva cu care nu te simți confortabil sau care îți poate afecta viața într-o manieră negativă?
6. Vi s-a întâmplat să fiți presați să încercați lucruri care ar putea avea consecințe negative? Dacă da, ce ați simțit în legătură cu asta și cum ați făcut față? Ce părere aveți despre modul în care ați făcut față?
7. Vi s-a întâmplat să fiți presați să încercați lucruri care ar putea avea consecințe pozitive? Dacă da, ce ați simțit în legătură cu asta și cum ați făcut față? Ce părere aveți despre modul în care ați făcut față?
8. Este dificil pentru voi să rezistați presiunii prietenilor? Dacă da, de ce credeți că este așa dificil?
9. Dacă nu vă simțiți confortabil să faceți ceva, ce credeți că v-ar ajuta să faceți față presiunii prietenilor?

9. Filmul “Prietenia”

Realizați un scenariu de film cu un personaj fictiv care trebuie să vorbească la o conferință despre ce este prietenia. Răspundeți la următoarele întrebări: Când numim pe cineva prieten? Care sunt calitățile unui prieten adevărat? Care sunt persoanele resursă?

Unitate 3: Luarea deciziilor

Durata: 2 ore

Lecție:	Introducerea cursului / Autocunoaștere și încredere în sine
Obiective:	<p>O1. Dezvoltarea de abilități de evaluare a situațiilor dificile și identificare soluții</p> <p>O2. Îmbunătățirea abilităților de gestionare a conflictelor</p> <p>O3. Creșterea gradului de reziliență în situații de traumă</p>
Idei:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Asigurați-vă că sala, materialele și ambianța sunt pregătite înaintea intrării participanților. 2. Feedback în urma celei de-a doua întâlniri 3. Porniți unitatea III amintind unele din punctele cheie din unitatea II. 4. Purtați o discuție generală despre ce să iei o decizie, ce fel de decizii au fost nevoiți să ia în ultima perioadă 5. Folosiți muzica de fundal. Muzica crează o atmosferă linistită, umple golul dintre activități și încurajează creativitatea 6. Faceți o scurtă recapitulare a principalelor elemente din unitățile I, II, III 7. Cereți feedback legat de cele 3 unități, curs în general.
Concepte psihologice:	<p>* Aceste abilități (evaluarea unei situații de criză, identificarea de soluții, gestionarea conflictelor) sunt construite relațiile de îngrijire, cu persoana de îngrijire / atașament.</p> <p>Relația de îngrijire se referă la spațiul emoțional și fizic. Satisfacerea nevoilor în perioada de construire a atașamentului contribuie la construirea încrederii în sine dar și în persoana de atașament. Mai târziu, această încredere va fi prezentă în realții.</p> <p>* Această formă sănătoasă de încredere ajută la dezvoltarea capacității de a cere ajutor, de a fi rezilient.</p> <p>* Abilitatea de a evalua situația depinde de back-groundul traumatic.</p> <p>Dacă istoricul traumatic este stufos, abilitatea de a evalua și a găsi soluții poate fi condiționată de modalitatea de răspuns prezentă în situații de criză (îngheață, fugi sau luptă).</p> <p>Abilitatea de a gestiona conflictele poate fi condiționată de răspunsul pe care o persoană îl are în situații de criză.</p> <p>Cunoașterea modului de a reacționa în situațiile de criză ajută la cunoașterea modului de rezolvare a problemelor. Acest aspect este de mare ajutor în citirea comportamentală (de ce o persoană reacționează într-un mod particular).</p>
Puncte cheie de încheiere a activității:	<ul style="list-style-type: none"> - „Fiecare decizie pe care o luăm ne va afecta viața” - „Trebuie să fim responsabili pentru alegerilor noastre și să ni le asumam” - „Cele mai bune decizii sunt cele calculate și nu cele luate pe moment” - „ În viață vor apărea conflicte cu alții, cum ieșim dintr-un conflict e cel mai important”

1. Decizii dificile

Pe măsură ce cresc adolescenții se confruntă cu decizii tot mai dificile. Deoarece ei gândesc în termeni de aici și acum nu iau în considerare consecințele comportamentelor lor. Este important să fie ajutați să evite consecințele negative prin a-i învăța să analizeze cu atenție deciziile. Materiale fișa “Decizii dificile” și creion.

Începeți prin a-i pune să se gândească la cele mai dificile decizii pe care au fost nevoiți să le ia. Întrebați ce a făcut ca aceste decizii să fie dificile, ce factori au luat în considerare în luarea deciziilor și cum au luat decizia finală? Pe fișa decizii dificile cereți participanților să o citească, și să noteze fiecare decizie în funcție de dificultate (1-10).

FIȘA DE LUCRU DECIZII DIFICILE

Citiți situațiile de luare a deciziilor descrise mai jos. Notați-le de la 1 la 5, în funcție de cât de dificilă considerați că este decizia respectiv (1- cea mai dificilă, 5- cea mai puțin dificilă):

_____ 1. Stai afară, lângă școală și aștepti să iei autobuzul. Un coleg vine și te întreabă dacă nu vrei un pachet de marijuana. Spune ca îți va face o ofertă bună. Cumperi marijuana?

_____ 2. Ieși cu o persoană pe care nu o placi prea mult , dar ți-e teamă să îi spui asta deoarece nu dorești să o rănești. Te desparți de ea?

_____ 3. Ești în mall cu o prietenă și o vezi îndesând în geantă o haină pe care nu a achitat-o. O denunți?

_____ 4. Nu ai timp sa înveți pentru un test important. Colegul tău de bancă este foarte deștept, asa că te gândești să copiezi de la el pentru a lua o notă bună. Copiezi?

_____ 5.Ești acasă la o prietenă și fratele acestuia mai mare îți oferă alcool. Accepți?

_____ 6. Simți că un băiat mult mai mare de care îți place a început să îți ofere atenție. Acesta îți cere să te culci cu el. Accepți?

_____ 7. Nu ai prea mulți prieteni și ai vrea să aparții unui grup. Știi că ai putea face parte din grup dacă ai face și tu lucrurile pe care ei le fac. Faci aceste lucruri pentru a face parte din gașcă?

_____ 8. Mulți dintre prietenele tale s-au apucat să consume alcool și droguri. Nu vrei să creadă despre tine ca ești “o bleagă”, pentru că nu faci și tu asta. Începi și tu să consumi?

Cereți participanților să se împartă în grupuri și fiecare grup să numească o persoană care să noteze. Își vor împărtăși întâi notele acordate și apoi vor discuta despre procesul de luare a deciziilor pe care l-ar urma în fiecare situație. Persoana desemnată va nota răspunsurile.

Discutați:

1. Cât de dificil a fost pentru voi să evaluați dificultatea deciziei?
2. Aceste decizii sunt tipice pentru vârsta voastră?
3. Ați fost nevoiți cândva să luați o astfel de decizie?
4. Dacă da, cum ați procedat?
5. În general sunteți mulțumit sau nu de deciziile luate?

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

2. Gestionarea Conflictelor

Activitatea sub forma de jocuri de rol va arăta diferența între abordări agresive într-un conflict care vor escalda și nu rezolvă conflictul și o abordare centrată pe emoții.

Se vor alege 2 persoane din grup care vor juca următoarele roluri:

1. Andreea – o tânără de 15 ani care vorbește urât despre cea mai bună prietenă a ei, la alte persoane.
2. Ionele – afla despre Andreea și decide să o confrunte:

Abordarea Tipică:	„Nu îți este rușine să vorbești urât despre mine“ „Eu așa am făcut cu tine“ „Ești un nimic“ „Nu vreau să mai am de-a face cu tine“	Rezultate: ?
Abordarea centrată pe emoții:	„Eu mă simt trădată de acest comportament“ „M-am simțit neajutorată să ascult acele cuvinte“ „Eu sunt supărată pe acțiunile acestea, dar vreau să păstrez prietenia cu tine“	Rezultate: ?

Se vor discuta diferența între cele 2 abordări și importanța unei comunicării centrată pe emoții și nu agresivitate sau răzbunare.

3. Metoda cu 4 câmpuri

Metodă pentru a dezvolta competența de rezolvare a problemelor. Susține rezolvarea problemelor de muncă în grup într-un mod creativ. Este un instrument de rezolvare a problemelor în munca în echipă.

- Participanții învață cum să rezolve problemele într-un mod corect și creativ.
- Este stimulată reflectarea și gândirea creativă.
- Organizarea și implementarea acestei metode exersează abilitățile de lucru structurat și metodic.
- Luarea deciziilor este promovată prin dezvoltarea unui concept strategic.

- Promovarea activității mentale metodice și creative este promovată.
- Este stimulată schimbarea punctului de vedere.
- Se formează empatia.

Metoda celor 4 câmpuri (4-field-method)	
1. Situația reală: analizați ce fel de problemă există?	2. Obiectivul țintă: Gândiți-vă la un obiectiv - Cum ar fi situația, dacă problema ar fi rezolvată?
3. Posibile bariere, rezistențe și motivele problemei: dezvoltați o înțelegere mai profundă și gândiți-vă la diferite puncte de vedere	4. Sugestii de soluții / acțiuni de abordat: dezvoltă soluții / concepte

4. Cum luăm propriile decizii?

Citește cu atenție povestea următoare și răspunde apoi la întrebările din fișa de lucru.

Un bărbat și fiul său au pornit cu măgarul lor spre piață. În timp ce mergeau de-a lungul drumului, un concetățean a trecut și a zis:

"Ce nebuni, la ce e bun un măgar, dacă nu e pentru a fi călărit?"

"Deci, omul a pus băiatul pe măgar și au mers mai departe, pe drumul lor. Dar, în curând, au trecut pe lângă un grup de oameni, dintre care unul a spus tovarășilor săi,

"Priviți ce tânăr leneș! El merge călare, în timp ce tatăl lui bătrân merge pe jos!"

Atunci, omul a ordonat băiatului său să coboare și s-a urcat el pe măgar, dar nu au mai mers mult până când s-au întâlnit cu două femei, dintre care una a șoptit

"Ce rușine, bădăran leneș să-și lase pe fiul său cel mic să meargă pe jos în timp ce el se plimbă călare!"

Ei bine, omul nu știa ce să mai facă, dar în cele din urmă l-a luat și pe băiatul lui pe măgar. În acest timp au ajuns în piața orașului și trecătorii au început să râdă de ei. Omul s-a oprit și a întrebat de ce sunt de badjocură? Bărbații au spus,

"Nu ți-e rușine să te urci și tu și fiul tău în spinarea unui biet măgar?"

"Omul și băiatul s-au dat jos și au încercat să se gândească ce să facă. Ei s-au tot sfătuit și în cele din urmă au legat măgarul de picioare și l-au luat chiar ei în cârcă, cărându-l pe drumul spre piață. Dar, trecând peste un pod, măgarul a dat din picioare și cei doi l-au scăpat în apă și cum măgarul avea picioarele legate, s-a înecat.

„Să vă fie învățătură de minte!”, a spus un om bătrân care i-a văzut. Morala...

Fișă de lucru

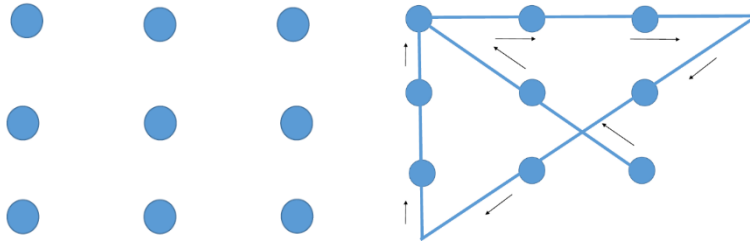
- Ce s-a întâmplat în poveste?
- Ce ați găsit interesant în poveste?
- Cum te-ai simți să fii în situația lor?
- Ce anume din poveste se referă la subiectul legat de luarea deciziilor?
- Este bine să încercăm să mulțumim pe ceilalți?
- De ce da sau de ce nu?

- Ce putem învăța din poveste?
- Ați fost vreodată în situația în care ați încercat să-i mulțumiți pe toți și au fost toți supărați? Puteți să ne împărtășiți?

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

5. Gândirea diferită

Este o metodă care îndeamnă la a gândi diferit, neconvențional sau dintr-o perspectivă nouă. Această frază se referă adesea la gândirea creativă și a căuta resurse în realizarea unui plan.

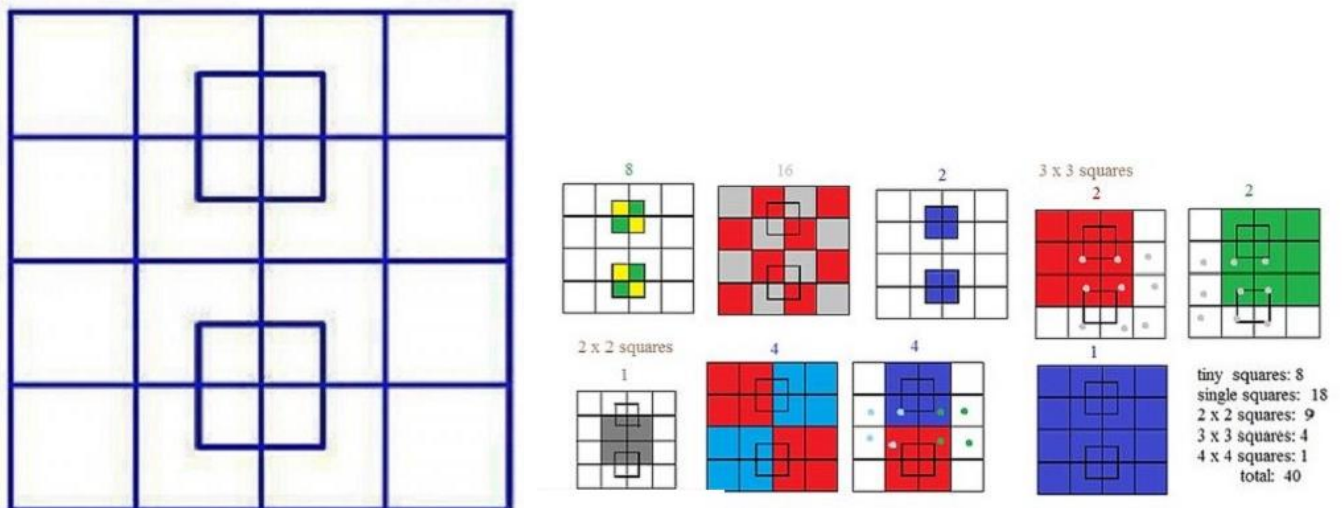


Pentru a rezolva problema, în următoarele 5 minute, conectați următoarele puncte cu patru linii drepte, fără a ridica stiloul de pe hârtie.

Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

6. Gândire laterală

Câte pătrate sunt în imagine? Rezolvare: 40 (conform imaginii de mai jos)



Fișa activității o regăsiți în anexe, la finalul metodologiei.

7. Vizionare film Exit – Vieți Paralele & discuții

Urmăriți povestea tinerei care s-a îndrăgostit de un bărbat care apoi a obligat-o să se prostitueze. Povestiți despre alegerile făcute de personajele principale.
Bibliografie

1. Centrul Național pentru Educație Timpurie și Informare a Familiei, (2020), *Jocuri pentru copii de vârsta antepreșcolară și preșcolară*
2. Culidiuc, T., (2015) *IMPACT – jocuri și povestiri, Manual de educație nonformală, ediția a II-a*, Fundația Noi Orizonturi
3. Kacso, E.,& Bartok, E., (2003), *Pietre prețioase-culegere de jocuri pentru dezvoltarea personalității copiilor*, Fundația pentru promovarea talentelor, Târgu Mureș
4. Moldovanu, I., (2005). *865 de jocuri si activități- Ghidul Animatorului*
5. Petrovai, D.,& Petrică, S., *Abilitățile sociale și emoționale, baza abilităților de viață ale copiilor*, Salvați Copiii România
6. Vernon, A., (1998). *Pașaport pentru success în dezvoltarea emoțională, socială, cognitive și personală a copiilor din clasele V-VIII*, Romanian Psychological Testing Services- editura RTS, Cluj Napoca

Anexa 1

UNITATEA I: Activitatea 2

Termină propoziția cu ...

Fiecare participant va completa pe o foaie răspunsul la următoarele întrebări care vor fi citite pe rând de către trainer și va lăsa câteva secunde pentru răspuns:

1. Numele meu este:
2. Culoarea mea preferată este:
3. Animalul meu preferat este:
4. Cel mai drăguț/bun lucru pe care l-am făcut vreodată a fost:
5. Cel mai frumos gest care mi s-a făcut vreodată a fost:
6. Cea mai bună zi din viața mea a fost:
7. Cea mai proastă zi din viața mea a fost:
8. Am fost cel mai fericit atunci când:
9. Am fost foarte nefericit atunci când:
10. Cel mai mult îmi place să:
11. Mă pricep cel mai bine la:
12. Dacă aș putea să călătoresc oriunde aș merge în:
13. Pe o insulă nelocuită aș lua cu mine următoarele 3 obiecte:
14. Dacă aș fi un animal aș fi _____ pentru că _____
15. Dacă aș fi o culoare aș fi _____ pentru că _____
16. Aș fi foarte mulțumit dacă:
17. Pentru mine cel mai important este:
18. Nu mi-aș putea închipui viața fără să:
19. Nu îmi place să mă gândesc la:
20. Aș regreta foarte mult dacă:
21. Mă înfurii atunci când:
22. Când o să cresc mare o să:

Anexa 2

UNITATEA I: Activitatea 5

Ai câștigat la loto!

Ați câștigat o imensă sumă de bani cu care puteți face orice.

Fiecare copil va răspunde la următoarele 3 întrebări:

1. I-aș cheltui pe

_____ pentru că

_____ .

2. Nu i-aș cheltui pe

_____ pentru că

_____ .

3. Aș da din această sumă lui

_____ pentru că

_____ .

Anexa 3

UNITATEA I: Activitatea 10

Cât de mult valorezi

Fișă de lucru

- Ce s-a întâmplat?
- Care este părerea voastră în legătură cu povestea?
- Ce reprezintă de fapt bancnota?
- Ce puteți să învățați din această situație?
- Ce încearcă de fapt Carla să-i explice prietenului ei?
- Ați avut vreodată experiențe similare?
- Ce concluzie putem să tragem?
- Ce ați învățat fiecare despre voi înșivă din această poveste?
- Ce vei pune în practică și cum vei pune în practică cele învățate

Anexa 4

UNITATEA II: Activitatea 5

Resurse personale

Fișă de lucru

1. Subliniază 5 trăsături care te caracterizează cel mai bine:

cinstit, corect, curajos, modest, sincer, inteligent,
 harnic, cuminte, disciplinat, ordonat, politicoș

2. Ce trăsături pozitive ați dori să cultivați?

Optimism sociabilitate încredere în oameni

Adaptabilitate curaj perseverență

3. Completați:

Cred în mine pentru că.....

Nu-mi place la mine.....

Sunt fericit(ă) când.....

Mă simt respectat(ă) dacă.....

Sunt mândru de mine întrucât.....

4. Imaginează-ți că ești un copac (desenează-l!) și pe crengile sale sunt lucrurile pe care le știi despre tine în acest moment. Scrie pe frunzele copacului aceste lucruri.

Anexa 5

UNITATEA III: Activitatea 1

Decizii dificile

FIȘA DE LUCRU

Citiți situațiile de luare a deciziilor descrise mai jos. Notați-le de la 1 la 5, în funcție de cât de dificilă considerați că este decizia respectiv (1- cea mai dificilă, 5- cea mai puțin dificilă):

_____ 1. Stai afară, lângă școală și aștepti să iei autobuzul. Un coleg vine și te întreabă dacă nu vrei un pachet de marijuana. Spune ca îți va face o ofertă bună. Cumperi marijuana?

_____ 2. Ieși cu o persoană pe care nu o placi prea mult , dar ți-e teamă să îi spui asta deoarece nu dorești să o rănești. Te desparți de ea?

_____ 3. Ești în mall cu o prietenă și o vezi îndesând în geantă o haină pe care nu a achitat-o. O denunți?

_____ 4. Nu ai timp sa înveți pentru un test important. Colegul tău de bancă este foarte deștept, asa că te gândești să copiezi de la el pentru a lua o notă bună. Copiezi?

_____ 5.Ești acasă la o prietenă și fratele acestuia mai mare îți oferă alcool. Accepți?

_____ 6. Simți că un băiat mult mai mare de care îți place a început să îți ofere atenție. Acesta îți cere să te culci cu el. Accepți?

_____ 7. Nu ai prea mulți prieteni și ai vrea să aparții unui grup. Știi că ai putea face parte din grup dacă ai face și tu lucrurile pe care ei le fac. Faci aceste lucruri pentru a face parte din gașcă?

_____ 8. Mulți dintre prietenele tale s-au apucat să consume alcool și droguri. Nu vrei să creadă despre tine ca ești “o bleagă”, pentru că nu faci și tu asta. Începi și tu să consumi?

Anexa 6

UNITATEA III: Activitatea 4

Cum luăm propriile decizii?

Fișă de lucru

- Ce s-a întâmplat în poveste?
- Ce ați găsit interesant în poveste?
- Cum te-ai simți să fii în situația lor?
- Ce anume din poveste se referă la subiectul legat de luarea deciziilor?
- Este bine să încercăm să mulțumim pe ceilalți?
- De ce da sau de ce nu?
- Ce putem învăța din poveste?
- Ați fost vreodată în situația în care ați încercat să-i mulțumiți pe toți și au fost toți supărați?

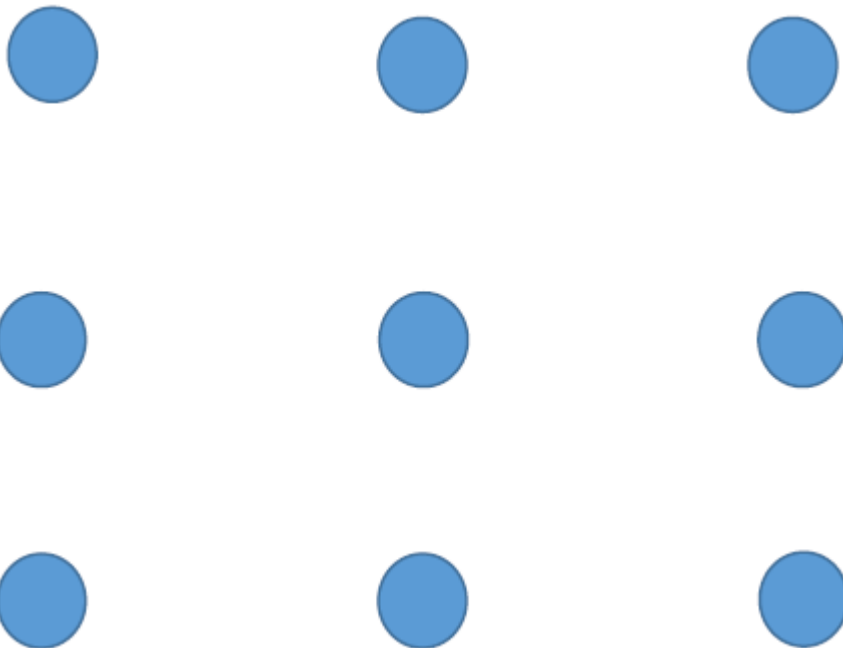
Puteți să ne împărtășiți?

Anexa 7

UNITATEA III: Activitatea 5

Gândirea diferită

Pentru a rezolva problema, în următoarele 5 minute, conectați următoarele puncte cu **DOAR** patru linii drepte, fără a ridica stiloul de pe hârtie.



Anexa 8

UNITATEA III: Activitatea 6

Gândire laterală

Câte pătrate sunt în imagine?

