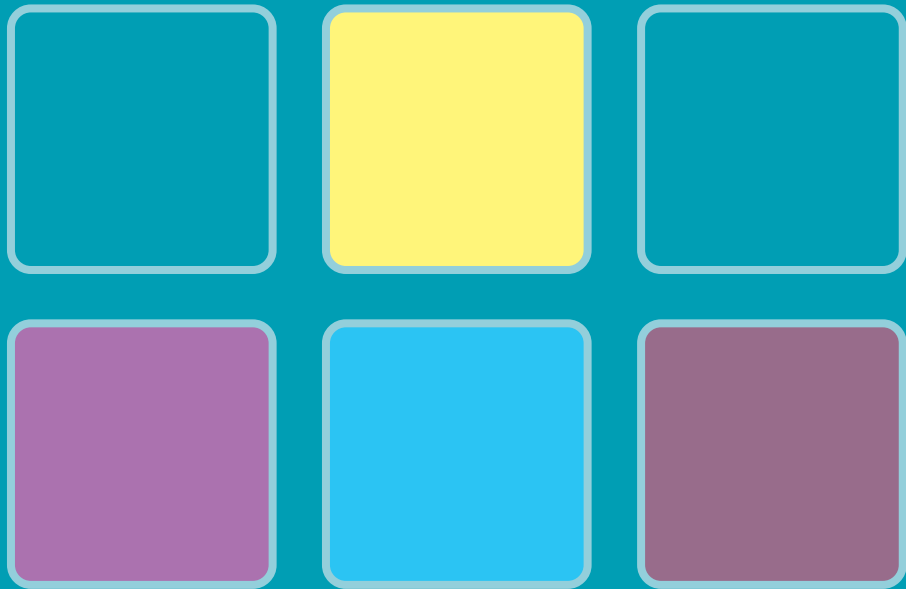




Centrul de Informare
și Documentare
privind Drepturile
Copilului din Moldova

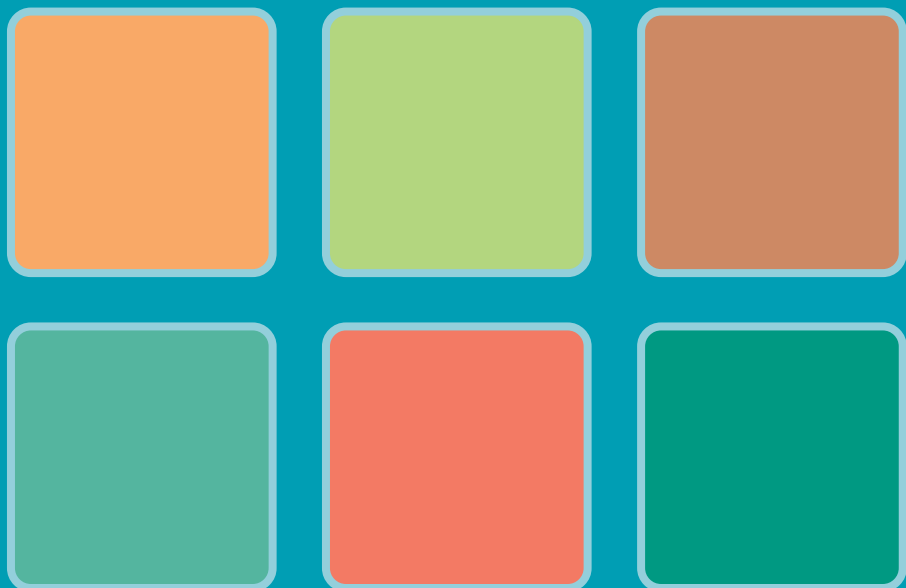


Rädda Barnen
SWEDISH SAVE THE CHILDREN



GHIDUL

Formarea **D**eprinderilor
de **V**iață pentru
prevenirea traficului
de ființe umane



unicef 



Ministerul Educației

Chișinău, 2004



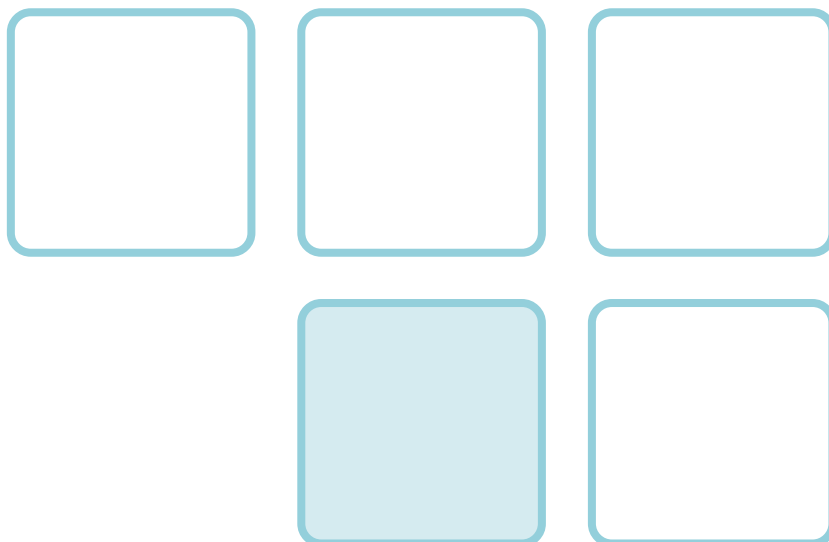
Centrul de Informare și Documentare
privind Drepturile Copilului
din Moldova



Rädda Barnen
SAVE THE CHILDREN



Ministerul Educației



GHIDUL

Formarea **D**eprinderilor
de **V**iață pentru
prevenirea traficului
de ființe umane



Chișinău, 2004

Ghidul este realizat în cadrul proiectului *Dezvoltarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane* desfășurat în 11 gimnazii internat: Cahul, Cărpineni, Căzânești, nr. II Chișinău, Leova, Fălești, Orhei, Năpadova, Tighina, Strășeni, Văscăuți. Proiectul este implementat de Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului în parteneriat cu Secretariatul Consiliului Național pentru Protecția Drepturilor Copilului, Ministerul Educației, cu suportul Reprezentanței UNICEF în Moldova și al Organizației Suedeze Radda Barnen/Salvați Copiii.

Aducem sincere mulțumiri:
Managerilor gimnaziilor internat
Formatorilor locali
Echipelor de Animatori de la Egal la Egal
Cadrelor didactice și copiilor din cele 11 instituții implicate în proiect

Echipelor de voluntari de la:

Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului
Centrul Național de Resurse pentru Tineri
Asociația Tinerilor Formatori din Moldova
Centrul pentru Drepturile Copiilor și Tinerilor din or. Bălți
Centrul regional de Resurse pentru Tineri „Impuls” din or. Cahul
Centrul Tînărului Jurnalist
Centrul Național pentru Prevenirea Abuzului față de Copii

Colaboratorilor următoarelor organizații:

Agenția Națională pentru Ocuparea Forței de Muncă
Centrul Internațional pentru Protecția și Promovarea Drepturilor Femeii „La Strada”
Centrul Parteneriat pentru Egalitate – România
Centrul Național de Studii și Informare pentru Problemele Femeii

La realizarea acestui Ghid au contribuit:

Tatiana Tintiuc
Iosif Moldovanu
Aliona Stepan
Elena Popa
Eleonora Olaru
Oxana Traci
Viorica Crețu
Lucia Băbănuță
Eugenia Cucuș
Ion Axenti

Cuprins

Cuvânt înainte.....	7
Introducere	8
1. Educația pentru formarea deprinderilor de viață.....	9
1.1 Formarea deprinderilor de viață. De ce?	10
1.2 Definiții și concepte	11
1.3 Scopul și obiectivele de bază ale educației pentru formarea deprinderilor de viață	13
2. Aspecte metodologice ale educației pentru formarea deprinderilor de viață.....	14
2.1 Câteva principii metodologice ale formării deprinderilor de viață independentă	15
2.2 Metode și tehnici interactive de lucru cu copiii și tinerii	16
2.3 Evaluarea formării deprinderilor de viață. Metode și tehnici de evaluare.	34
2.4 Design-ul activităților de formare a deprinderilor de viață.....	44

3.	Componentele educației pentru formarea deprinderilor de viață	45
3.1	Dezvoltarea personală	46
3.2	Dezvoltarea interpersonală	93
3.3	Dezvoltarea socială/civică	120
3.4	Dezvoltarea pentru sănătate.	151
4.	Exemple de bună practică	173
	Luarea deciziilor	174
	Negociere pentru relații sexuale protejate.....	176
	Inventarul intereselor profesionale. Filiere posibile de angajare.	180
	Elaborarea și completarea unui Curriculum Vitae (CV).....	184

Bibliografie	192
---------------------------	------------

Anexe

Curriculum pentru disciplina școlară "Deprinderi de viață"	193
--	------------

În debutul secolului XXI, oportunitățile și potențialul unui număr semnificativ de copii și tineri din Moldova sunt compromise de condiții și practici comportamentale care subminează bunăstarea fizică și emoțională prin care aceștia ar putea să-și realizeze reușita viața. Sărăcia, subnutriția, abuzul de droguri și alcool, violența și traumele, sarcinile timpurii și nedorite, HIV/SIDA și alte infecții cu transmitere sexuală, migrația ilegală le amenință sănătatea și bunăstarea.

De aceea copiii și tinerii de azi simt ca niciodată necesitatea de a fi pregătiți pentru o viață independentă. Ei au nevoie de cunoștințe, deprinderi și calități care i-ar ajuta să-și consolideze aptitudinile pentru propria protecție și participare la prevenirea sau depășirea cu ușurință a riscurilor sociale și de sănătate cu care se confruntă. Astfel de cunoștințe și deprinderi pot forma modele comportamentale care previn bolile și traumele, contribuie la stabilirea unor relații sănătoase și la crearea unor medii potrivite și prietenoase pentru copii și tineri.

Încă de pe băncile școlii, copiii trebuie să obțină, odată cu informațiile și cunoștințele la materiile obligatorii, și obișnuințele unui mod de viață sănătos și responsabil, ca să devină buni cetățeni, ca să contribuie la bunăstarea familiilor și țării lor. Ei au, deci, nevoie să cunoască lucruri simple, începând cu propria igienă și alimentația și încheind cu sănătatea reproductivă. Copiii trebuie să fie conștienți de pericolul traficului de ființe umane astfel încât să se poată proteja în situațiile de risc, școala fiind cel mai bun mediu pentru efectuarea activităților de prevenire.

Credem că trebuie să folosim, la nivelul școlii, oportunitățile și șansele pe care le

avem pentru a completa educația, pentru a asigura o viață sănătoasă și reușită fiecărui copil și tânăr. În același timp, școala nu poate fi lăsată în situația de a fi singură în efortul ei de a pregăti generația tânără pentru viață. Este important ca toți partenerii ce contribuie la educația copiilor – familia, școala, comunitatea, sistemul de sănătate, organizațiile neguvernamentale - să se implice și să coopereze eficientă în elaborarea și promovarea programelor de formare a deprinderilor de viață.

Ministerul Educației și Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului din Moldova (CIDDC) vine să-și ofere experiența în formarea deprinderilor de viață ca rezultat al implemmentării proiectului *Dezvoltarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane*, program realizat cu suportul Reprezentanței UNICEF în Moldova și al Organizației Suedeze RAZDA BARNEN/SALVAȚI COPIII.

Ghidul *Formarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane* elaborat în cadrul acestui program prezintă unele puncte de vedere necesare de abordat în cadrul activităților de formare a deprinderilor de viață, sugestii metodologice și activități interactive care pot fi adaptate nivelului de vârstă și necesităților de formare a grupului de copii sau tineri cu care se lucrează și pot fi organizate în cadrul orelor curriculare și extracurriculare.



Anatol Dubrovski
Viceministru al Educației

Introducere

Educația pentru formarea deprinderilor de viață reprezintă una dintre principalele căi de promovare a cunoștințelor, deprinderilor și atitudinilor necesare copiilor și tinerilor pentru a se descurca singuri în viață.

Familia, școala, comunitatea trebuie să creeze oportunități și condiții pentru ca copiii și tinerii să obțină acele cunoștințe, deprinderi și atitudini care îi vor ajuta să adopte comportamente responsabile și sănătoase.

Ghidul *Formarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane* oferă doar unele puncte de vedere necesare a fi abordate în cadrul activităților de formare a deprinderilor de viață. Conținuturile propuse pot fi de ajutor educatorilor, profesorilor în cadrul activităților curriculare și extracurriculare, specialiștilor care lucrează cu copiii și tinerii, voluntarilor din diferite grupuri de inițiativă și organizații neguvernamentale, educatorilor de la egal la egal implicați în diverse proiecte sociale, părinților etc.

Lucrarea constă din patru capitole care oferă informații teoretice, recomandări metodologice și activități interactive. Acestea pot fi organizate cu copiii și tinerii de diferite vârste și în cadrul altor activități. Materialele propuse vor fi de un real folos dacă vor fi adaptate particularităților de vârstă ale participanților, nivelului de cunoștințe deja existent și nevoilor de formare specifice grupului pe care îl pregătiți.

Capitolul I conține diverse interpretări ale Educației pentru formarea deprinderilor de viață, scopul, obiectivele și necesitatea integrării acestui domeniu în curriculum-ul de educație al instituțiilor de învățământ.

Capitolul II cuprinde principiile metodologice ale formării deprinderilor de

viață formulate ca urmare a implementării mai multor programe pentru copii și tineri, cadre didactice și manageri din diverse instituții de învățământ. De asemenea, în acest capitol se conțin metode și tehnici interactive de lucru cu copiii și tinerii care au ca scop dezvoltarea deprinderilor de viață. Exercițiile, metodele și tehnicile descrise pot fi preluate pentru a fi dezvoltate în diverse tipuri de activități în cadrul disciplinelor curriculare și extracurriculare: ore educative, ore de dirigentie, stagii de instruire (pentru cadre didactice, educatori de la egal la egal), ateliere tematice, mese rotunde, concursuri, expoziții, festivaluri, sărbători, discotecii, marșuri etc.

În **capitolul III** sunt descrise activități practice ce pot fi folosite pentru dezvoltarea la copii și tineri a cunoștințelor, atitudinilor și deprinderilor necesare pentru prevenirea sau depășirea cu ușurință a riscurilor sociale și de sănătate. Toate activitățile sunt clasificate conform domeniilor de intervenție a educației pentru formarea deprinderilor de viață: dezvoltare personală (3.1), interpersonală (3.2), socială/civică (3.3) și de sănătate (3.4). Conținutul activităților poate fi completat, adaptat la particularitățile de vârstă și dezvoltare, la interesele și necesitățile membrilor grupului cu care se lucrează.

În **capitolul IV** sunt descrise mai multe exemple de bună practică (proiecte didactice) ale diferitor activități organizate cu copiii și tinerii din gimnaziul internat în cadrul proiectului „Dezvoltarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane”, program implementat de către Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului. Aceste modele de activități pot fi îmbunătățite, adaptate și preluate pentru a fi organizate cu grupuri de copii și de tineri din școala, comunitatea voastră.

1

Educația
pentru
formarea
deprinderilor
de viață

1.

Educația pentru formarea deprinderilor de viață

1.1 Formarea deprinderilor de viață. DE CE?

În Republica Moldova 1/3 din populația de 4,3 mln. de locuitori ai țării o constituie copiii și tinerii de la 0 la 18 ani¹. Această vârstă reprezintă o perioadă de creștere și dezvoltare rapidă a corpului, minții și a relațiilor sociale. Dacă la acești ani copiii și tinerii sunt susținuți, ei reușesc să se dezvolte și să se afirme ca membri ai familiei și ai comunității.

Există, însă, mai mulți factori care afectează copiii și tinerii: tranziția socială și economică, migrația și conflictele, problemele din familie, accesul limitat la educație și servicii de sănătate, șomajul etc. Acești factori expun copiii și tinerii unor riscuri sociale și de sănătate.

Violența și abuzul, consumul de substanțe (droguri, alcool, țigări), relațiile sexuale timpurii și ocazionale, sarcina timpurie și nedorită, infectarea cu HIV/SIDA și alte ITS, traficul de ființe umane sunt probleme pe care societatea le prescrie adolescenților și tinerilor. De ce se afirmă acest lucru?

Pentru că adolescenții și tinerii:

- au dorința mare de a se afirma, dar n-au experiență de viață;
- sunt slab informați privind riscurile sociale și de sănătate (prevenție și intervenție, minimalizare a riscurilor);
- au deprinderi de viață insuficient dezvoltate;
- simt lipsa spațiilor și serviciilor sigure și prietenoase lor;
- au oportunități limitate de dezvoltare și de participare.

În condițiile școlarității obligatorii a copiilor de 7-16 ani, școala este instituția-cheie în care elevii ar putea să obțină cele mai multe informații despre promovarea modului de viață sănătos, să obțină deprinderile necesare în acest domeniu și să conștientizeze că numai copiii sănătoși pot avea un randament școlar optim, iar mai târziu și o bună inserție profesională și socială.

La ora actuală, standardele pentru evaluarea calității educației în Republica Moldova se bazează în

întregime pe rezultatele școlare. Folosindu-se o definiție bazată pe dobândirea unor cunoștințe teoretice de către elevi și studenți, se afirmă că nivelul de calitate al învățământului în Moldova este în continuare ridicat. Totuși, dacă analizăm sistemul de învățământ prin prisma definiției calității educației, formulată la Forumul „Educație pentru Toți”, Dakar, 2000, obținem o imagine oarecum diferită. Numeroși factori, cum ar fi stimularea și dezvoltarea copilului, deprinderile de viață, participarea copiilor și tinerilor, conștiința de sine, promovarea toleranței și crearea unui mediu școlar sănătos și prietenos sunt foarte limitate sau inexistente în sistemul de învățământ din Moldova.

Actualmente în Republica Moldova școala este unica instituție care oferă cunoștințe, deprinderi de viață și atitudini unui număr foarte mare de elevi, acoperind numeric aproape sută la sută copiii și adolescenții din țară. Școala are potențialul necesar și poate participa eficient la instruirea atât a elevilor, cât și a familiei, în cazul în care îi va fi asigurată logistica necesară.

În același timp, e important să se țină cont de faptul, că o școală prietenoasă tinerilor trebuie să promoveze obținerea unor rezultate de bună calitate în procesului de învățare, să ofere copiilor – pe lângă deprinderi esențiale de scriere, citire, vorbire, ascultare, calculare – cunoștințe și deprinderi necesare pentru a trăi într-o societate nouă. Acestea ar include valorile naționale de pace, pe de o parte, și cele democratice, de acceptare a diversității, pe de altă parte. De asemenea, o școală prietenoasă încurajează copiii și tinerii să gândească critic, să-și pună întrebări, să-și exprime opinia și să ia decizii.

Deși pe glob cea mai mare parte a educației bazate pe formarea deprinderilor de viață se realizează în condiții școlare formale, există multe exemple de programe reușite în toată lumea, care țin cont de necesitățile locale și demonstrează că este posibilă predarea deprinderilor de viață în condiții neformale și în afara școlii.

În mod evident, programele ce țin de formarea deprinderilor de viață, care fac parte din curriculele naționale, au avantajul unei acoperiri mari și sunt mai durabile decât intervențiile izolate efectuate în condiții extrașcolare. Aceste condiții, însă, pot oferi activități educaționale prețioase, care să completeze armonios educația oferită în școală. De asemenea,

condițiile neformale pot oferi punți de acces către tinerii care nu frecventează școala, dar care au mare nevoie de deprinderi de viață.

Deprinderile de viață pot fi predate în centre și cluburi ale tinerilor, instituții extrașcolare, centre pentru copiii străzii, centre de instruire profesională sau centre medicale. Aceste medii de învățare reprezintă o bază receptivă și flexibilă pentru formarea deprinderilor de viață. În astfel de condiții educația deprinderilor de viață poate începe de la teme sau probleme care au o importanță deosebită pentru situația concretă în care se află grupul-țintă. Accentul poate fi plasat, de exemplu, pe prevenirea violenței, cunoașterea drepturilor sau pe consultațiile privind căutarea unui loc de muncă. Un aspect important: în timpul abordării deprinderilor de viață în subiecte sensibile cum sunt sănătatea sexuală sau abuzul de substanțe, tinerii se simt mai în siguranță discutând aceste teme într-un mediu extrașcolar, cu adulți sau semenii în care au încredere.

Și un ultim argument: educația bazată pe formarea deprinderilor de viață necesită o metodologie de predare interactivă, bazată pe experiențe personale, iar mediile extrașcolare oferă această flexibilitate.

1.2 Definiții și concepte

Conceptele-cheie și definițiile, care vor fi vizate în continuare, sunt rezultatul activității unor agenții internaționale – Fondul Națiunilor Unite pentru Copii (UNICEF), Organizația Mondială a Sănătății (OMS), Banca Mondială, Fondul Națiunilor Unite pentru Populație (UNFPA) - prezentate în documentul „Skills for Health” (*Deprinderi pentru sănătate*)². Aceste agenții au lucrat împreună pentru a încuraja cât mai multe școli și comunități să implementeze educația pentru formarea deprinderilor de viață ca metodă pentru a îmbunătăți sănătatea și educația. Împreună, aceste agenții pledează pentru dezvoltarea în școală a unor programe eficiente de educație bazată pe formarea deprinderilor, paralel cu politicile școlare de sănătate. De asemenea pledează atât pentru dezvoltarea unui mediu sănătos, care oferă susținere pentru copii și adolescenți, cât și pentru crearea unor servicii de sănătate prietenoase tinerilor.

Educația pentru sănătate bazată pe formarea deprinderilor de viață este o abordare pentru a crea sau a menține stiluri de viață și condiții sănătoase prin dezvoltarea cunoștințelor, atitudinilor și, mai ales, a deprinderilor, folosind o gamă variată de experiențe de învățare, cu accent pe metodele participative.

Deprinderile de viață sunt abilități de comportament de adaptare care permit indivizilor să se confrunte eficient cu cerințele și provocările vieții cotidiene (definiția Organizației Mondiale a Sănătății). În particular, deprinderile de viață sunt un grup de competențe psihosociale și deprinderi interpersonale care ajută oamenii să ia decizii informate, să soluționeze probleme, să gândească critic și creativ, să comunice eficient, să stabilească relații sănătoase, să fie empatici cu alții, să se adapteze și să gestioneze viețile lor într-o manieră sănătoasă și productivă. Deprinderile de viață pot viza acțiuni personale, îndreptate către sine sau către alte persoane, la fel și acțiuni de schimbare a mediului înconjurător pentru a-l face favorabil sănătății.

Termenul **educație pentru formarea deprinderilor de viață** este adesea folosit aproape ca sinonim cu termenul de educație pentru sănătate bazată pe formarea deprinderilor de viață. Diferența dintre aceste două abordări constă doar în conținutul temelor care sunt acoperite (pe care le conțin). Educația pentru sănătate bazată pe formarea deprinderilor de viață se axează pe sănătate. Educația pentru formarea deprinderilor de viață se poate axa pe educația pentru pace, drepturile omului, educația pentru cetățenie și alte probleme sociale, inclusiv sănătatea. Ambele abordări reclamă aplicarea în viața reală a cunoștințelor, atitudinilor și deprinderilor esențiale și ambele implică metode interactive de predare și învățare.

Termenul **deprinderi de asigurare a unui venit** se referă la capacitățile, resursele și oportunitățile de realizare a scopurilor economice individuale și gospodărești, adică pentru generarea venitului. Deprinderile de asigurare a unui venit includ deprinderi tehnice și vocaționale / profesionale (tâmplărie, croitorie, programare, etc.); deprinderi de căutare a unui loc de muncă (elaborarea curriculum-ului vitae și a scrisorii de motivare, de susținere a unui interviu etc.) și de management al afacerilor, deprinderi antreprenoriale și de gestionare a banilor.

Există un set de bază al deprinderilor de viață, cum sunt deprinderile de comunicare, de luare a deciziilor, de gândire critică și creativă, de dirijare a emoțiilor, a stresului și a conflictelor, de clarificare

EDUCAȚIA PENTRU DEPRINDERI DE VIAȚĂ

- ▶ este parte integrantă a unei educații de calitate
- ▶ nu ține doar de problemele igienei și ale sănătății
- ▶ nu se limitează doar la vârsta școlărității

a valorilor, de supraviețuire, interacțiune și conviețuire în societate, de integrare și reintegrare în comunitate, deprinderi practice - de menaj, de orientare în comunitate, de apel la ajutor în caz de abuz sau de încălcare a drepturilor etc.

Educația pentru sănătate bazată pe deprinderi de viață s-a dovedit a fi instrumentul cel mai eficient de influențare a comportamentului, de exemplu, în domeniul prevenirii HIV/ SIDA și ITS, a sarcinii timpurii și nedorite, a abuzului de substanțe, cât și în domeniile ce țin de drepturile copilului sau educația nonviolentă.

Educația pentru formarea deprinderilor de viață se sprijină pe aplicarea în viața reală a unor cunoștințe și deprinderi esențiale și folosește metode interactive de predare și de învățare.

Educația bazată pe formarea deprinderilor de viață:

- are ca obiectiv schimbarea comportamentală,
- oferă un echilibru de cunoștințe, atitudini și deprinderi,
- folosește metode interactive de predare și învățare,
- se bazează pe necesitățile și drepturile tinerilor,
- este sensibilă la aspectul gender.

Sănătatea este o condiție de bunăstare fizică, mintală și socială completă (definiția OMS).

În educația pentru sănătate un rol central îl joacă formarea deprinderilor de comunicare, de luare a deciziilor, de soluționare a problemelor și depășire a situațiilor dificile, de autocontrol și evitare a comportamentului periculos pentru sănătate.

Aceste deprinderi sunt legate de niște alegeri concrete pe care le face individul vizavi de propria sănătate: alegerea de a nu fuma, a nu consuma alcool, a evita drogurile, de a se alimenta sănătos sau a avea un comportament protejat și responsabil în relațiile intime. În funcție de situație și context, sunt utilizate unele deprinderi de viață sau altele. De exemplu, deprinderea de a gândi critic și de a lua decizii este importantă pentru a analiza situația și a opune rezistență la presiunea din partea semenilor sau mass media de a consuma tutunul. Deprinderile de comunicare interpersonală sunt

EDUCAȚIA BAZATĂ PE NECESITĂȚILE ȘI INTERESELE COPILULUI PROMOVEAZĂ

- ▶ includerea copiilor (abordare participativă)
- ▶ învățarea eficientă
- ▶ securitatea și protecția sănătății copiilor
- ▶ implicarea copiilor, a familiei și a comunității
- ▶ educația gender-senzitivă

necesare pentru a negocia alternative la sexul riscant. Însușirea deprinderilor de pledoarie le poate permite tinerilor să influențeze politicile și mediile, care le afectează sănătatea. De exemplu, tinerii ar putea pleda pentru crearea unor zone în care nu se fumează, pentru asigurarea școlii cu apă calitativă sau cu WC-uri în stare bună, pentru liberul acces la prezervative în scopul prevenirii HIV, ITS și sarcinilor nedorite.

De obicei, educația pentru sănătate include un spectru larg de teme, precum sănătatea emoțională și mintală, nutriția, consumul de alcool, tutun și alte droguri, sănătatea reproducerii, traumatismele etc.

Educația pentru formarea deprinderilor de viață, care face parte dintr-o abordare cuprinzătoare, cu multiple aspecte, este foarte eficientă în fortificarea capacității tinerilor de a face alegeri comportamentale sănătoase.

Includerea educației pentru formarea deprinderilor de viață în programele școlare oferă mai multe avantaje:

- Mai întâi, aceasta promovează un mod de viață sănătos. Tinerii trebuie să fie sănătoși ca să poată învăța eficient, iar astfel de programe pot conduce la ameliorarea sănătății fizice, emoționale și sociale a elevilor.
- Apoi, educația pentru formarea deprinderilor de viață oferă elevilor posibilități de a gândi critic și a lua decizii corecte – deprinderi, pe care tinerii le-ar putea aplica și în alte domenii de studiu.
- În sfârșit, participarea activă a elevilor la procesul de studiu poate consolida relațiile dintre elevi și profesori, poate îmbunătăți atmosfera din clasă, poate adapta diferite stiluri de învățare și oferi modele de instruire alternative.

Educația pentru formarea deprinderilor de viață poate fi adresată oricărui grup-țintă și poate fi incorporată în orice context – educația formală și neformală, programe de educație de la egal la egal pentru tineri, programe care implică părinții, programe comunitare, programe în cadrul clinicilor de sănătate, spitalelor, centrelor pentru copii mici și pentru tineri. Aceste activități și programe le oferă tinerilor posibilitatea să aplice în practică cele învățate.

Educația pentru formarea deprinderilor de viață trebuie să abordeze un spectru larg de probleme de sănătate – consumul de alcool și de droguri, tabagismul, diferite infecții, HIV/SIDA și ITS, nutriția, sănătatea reproductivă, violența etc. Deprinderile pe care și le dezvoltă tinerii trebuie să le permită să realizeze niște schimbări personale, interpersonale și de mediu în folosul sănătății și securității lor. Aceste deprinderi vizează atât sănătatea fizică, socială și mintală, cât și aspecte mai largi, cum ar fi egalitatea genurilor și impactul ei asupra relațiilor interpersonale sau crearea unor medii psihosociale și fizice sănătoase.

1.3 Scopul și obiectivele de bază ale educației pentru formarea deprinderilor de viață

Scopul educației pentru formarea deprinderilor de viață este a asigura copiilor și tinerilor un proces de dezvoltare personală, socială și de sănătate prin oferirea oportunităților de învățare pentru acumularea cunoștințelor, deprinderilor și atitudinilor, care le va permite să ducă o viață sigură, sănătoasă și responsabilă ca persoane și membri ai societății.

Obiectivele generale ale educației pentru formarea deprinderilor de viață:

- A oferi copiilor și tinerilor cunoștințe și informații despre diverse probleme personale, sociale și de sănătate,
- A ajuta copiii și tinerii să conștientizeze atitudinile proprii și ale altor oameni față de problemele personale, sociale și de sănătate,
- A ajuta copiii și tinerii să însușească și să practice deprinderi personale și sociale,
- A oferi copiilor și tinerilor oportunități pentru a face alegeri informate în ceea ce privește modul lor de viață,
- A ajuta copiii și tinerii să conștientizeze influența grupului de semeni și a mass-media asupra modului lor de viață,
- A ajuta copiii și tinerii să se respecte pe sine și pe cei din jur,
- A promova responsabilitatea personală și socială a copiilor și a tinerilor.

¹ Concepția Educație pentru formarea deprinderilor de viață, Ministerul Educației, martie, 2004.

² Resurse complementare sunt disponibile pe paginile WEB:

www.unicef.org/programmme/lifeskills, www.who.int/school-youth-health, www.schoolsandhealth.org, www.unfpa.org

Aspecte
metodologice
ale
educației
pentru
formarea
deprinderilor
de viață

2

2. Aspecte metodologice ale educației pentru formarea deprinderilor de viață

2.1 Câteva principii metodologice ale formării deprinderilor de viață independentă

►► **Acceptați** ideea că deprinderile pe care copiii și tinerii nu le au, se pot forma prin exercițiu, voință și cu ajutorul facilitatorului (profesori, educatori, voluntari, educatori de la egal la egal, părinți etc.). La vârsta lor, aceștia pot să-și mărească eficiența acțiunilor, să devină mai încrezători în propriile forțe, să își îmbunătățească raporturile cu cei din jurul lor, să dobândească un control mai bun asupra propriei lor vieți. Obiectivul formării este promovarea capacității tânărului de a se descurca singur. Pentru aceasta trebuie ajutat să însușească și să practice motivat comportamentele adecvate vieții independente.

►► **Implicați** în calitate de facilitatori elevi din clasele cu care lucrați. Aceștia vor fi pregătiți ca *educatori de la egal la egal* (adolescenți, tineri care învață de la prietenii lor și transmit cunoștințele lor grupului de semenii) și vor fi un suport real în planificarea, desfășurarea și evaluarea activităților curriculare și extra-curriculare. Este important să considerați **copiii și tinerii ca parteneri egali** și responsabili în procesul propriei lor formări. Fără o asemenea abordare orice efect nu va putea fi decât superficial.

►► **Consultați-vă** cu tinerii despre temele, activitățile ce le veți desfășura cu ei. Luați în considerare și rezultatele evaluării inițiale (discutați din timp cu tinerii despre așteptările lor), care vă poate sugera cum puteți începe dezvoltarea deprinderilor de viață. Încercați să aflați dacă unii participanți au dorințe speciale (de exemplu anumite teme sau activități) pe care va trebui să le luați în considerare. Adolescenții vă pot propune să începeți de la subiecte care-i interesează cel mai mult (relații interpersonale, sexualitate, prevenirea ITS ș.a.). Acest lucru n-ar trebui să deranjeze și în contextul acestor teme puteți să realizați exerciții de comunicare asertivă, de soluționare a conflictelor, de luare a deciziilor ș.a.

►► **Atenție la motivația participanților** în cadrul unui asemenea program. În nici un caz acesta nu trebuie să fie perceput de tineri ca o activitate obligatorie, cu desfășurare rigidă. Copilul trebuie

atras prin atmosfera de lucru creată, prin informația transmisă și modalitățile antrenante, participative, chiar distractive prin care se transmit cunoștințele și se formează noile deprinderi. Capacitatea de a-i motiva pe adolescenți este una dintre condițiile principale de reușită ale programului de formare a deprinderilor de viață.

►► **Țineți seama de semnificația factorului vârstă.** Ca facilitator trebuie, în general, să alegeți acele activități/exerciții care corespund nivelului cunoștințelor deja existente și nevoilor de formare specifice grupului pe care îl pregătiți. Totodată țineți seama de specificul vârstei biologice. Este bine să lucrați cu grupuri de copii și tineri cu niveluri de vârstă și de cunoștințe apropiate. Asigurarea unei bune comunicări și câștigarea încrederii din partea grupului respectiv de participanți este esențială. Trebuie separați cei mici de cei mari pentru a-i elibera de orice inhibiție pe cei din urmă și a-i face mai responsabili pe cei din urmă.

►► **Aplicați** educația pentru formarea deprinderilor de viață în activitatea de fiecare zi, în cadrul și în afara orelor de studiu, adaptându-le particularităților psiho-fiziologice și de vârstă, necesităților membrilor grupului.

►► Formarea pentru viața independentă nu trebuie să se limiteze la mediul instituționalizat. Activitățile este bine să fie desfășurate în medii de viață diferite (școală, comunitate, stradă, local religios, grupuri sau cluburi existente etc.) care ar permite stabilirea unor contacte personale și instituționale inedite. **Invitați** la activitățile planificate persoane din comunitate: reprezentanți ai autorităților publice locale (APL), reprezentanți ai organizațiilor non-guvernamentale locale, regionale și naționale, medici de familie, polițiști, preoți, părinți, lucrători de tineret etc. Planificați, desfășurați și evaluați activitatea împreună cu invitatul.

►► **Dezvoltați** împreună cu tinerii participanți în cadrul activităților de formare a deprinderilor de viață proiecte comunitare, cu implicarea altor tineri, adulți, reprezentanți ai APL, ONG etc.

►► **Urmăriți evaluarea periodică**, inițială, intermediară și finală a programului de formare. În acest scop, fiecare activitate, temă, capitol va cuprinde diverse exerciții de evaluare.

►► Educația pentru formarea deprinderilor de viață recomandă **aplicarea metodelor de predare și de învățare participative**, menite să asigure tinerilor atât experiența practică, cât și încredere în propria lor capacitate de a răspunde corect la problemele vieții independente. Metodele participative trebuie să faciliteze procesele de descoperire și de comunicare în interiorul grupului de participanți, care trebuie să se prezinte la aceste cursuri cu o stare de spirit deschisă la asimilarea de noi cunoștințe și experiențe, fără complexe, teamă sau inhibiție.

2.2 Metode și tehnici interactive de lucru cu copiii și tinerii

În cadrul programului *Formarea deprinderilor de viață* facilitatorii vor oferi tuturor copiilor și tinerilor o gamă variată de oportunități de învățare prin care aceștia să poată recunoaște și să devină mai sensibili față de problemele personale și ale altora, față de problemele comunității.

Metodele interactive contribuie eficient la formarea și dezvoltarea în mod integrat a cunoștințelor, deprinderilor, atitudinilor, valorilor de viață, precum și la sporirea motivației copiilor și tinerilor pentru însușirea programului. Fiecare activitate/exercițiu trebuie să se axeze pe situații concrete de viață, care îi vor învăța să analizeze, să cerceteze, să ia decizii informate, să rezolve problemele (ale sale sau ale altora, ale comunității) în cel mai efektiv mod posibil. Instrucțiunile trebuie să-i ajute pe participanți să se bazeze pe cunoștințele anterioare pentru a dezvolta atitudini, credințe și deprinderi cognitive și totodată să lărgască baza lor de cunoștințe.

Avantajele specifice ale metodelor participative de predare/învățare, utilizate în cadrul programului formarea deprinderilor de viață, includ următoarele:

- implică direct și activ copilul/tânărul în procesul vizat,
- contribuie la satisfacerea în mod firesc, natural a necesităților și nu forțarea acestei evoluții după un anumit tipar,
- sporesc percepțiile/reflecțiile participanților despre sine și despre alții,
- promovează, mai degrabă, cooperarea între participanți, decât competiția,
- asigură oportunități membrilor grupului și facilitatorilor de a-și recunoaște și a-și pune în valoare potențialul individual și a-și spori respectul față de sine,
- permite participanților să se cunoască reciproc și să extindă relațiile,
- promovează deprinderi de ascultare activă și de comunicare eficientă între participanți,
- promovează toleranța, înțelegerea și acceptarea necesităților proprii și ale altora,
- facilitează formarea comportamentelor corecte vizavi de problemele sensibile,
- încurajează inovațiile și creativitatea.

Câteva metode și tehnici interactive de lucru cu copiii și tinerii

ASALT DE IDEI (BRAINSTORMING)

Este o metodă simplă și eficientă de generare a ideilor. Asaltul de idei se poate practica oral sau în scris (brainwriting). Prin intermediul acestei metode participanții vor găsi cât mai multe soluții pentru o problemă, vor defini domenii noi pentru ei.

Desfășurare

- Stabiliți tema asaltului de idei și formulați-o ca întrebare.
- Stabiliți intervalul de timp necesar (de regulă, va fi suficient de scurt pentru a determina o stare de „criză”, pentru a-i mobiliza la maximum pe participanți din punct de vedere intelectual și afectiv).
- Faceți cunoscuți participanții cu regulile asaltului de idei:
 - Scrieți orice idee care poate să vă vină în gând. Unele idei par imposibile sau prostești, dar este în regulă. Uneori cele mai scandaloase idei pot genera altele.
 - Gândiți-vă la cât mai multe idei. Cu cât vă gândiți la mai multe idei cu atât e mai mare șansa să găsiți ideile utile.
 - Evitați să judecați ideile ca bune sau rele.
 - Nu discutați și nu vă gândiți la ideile expuse. Pur și simplu scrieți-le
- Facilitatorul (sau un participant) va nota pe tablă toate ideile generate în ordinea rostirii lor.
- Când ideile par să fi „secat”, opriți exercițiul și treceți la etapa calitativă (analizați soluțiile, ordonați-le în funcție de realismul lor, eliminați-le pe cele incompatibile cu problema sau cu posibilitățile momentane etc.). Analiza și clasificarea vor fi făcute împreună cu toți participanții.

Rolul facilitatorului

- Pregătește el însuși o listă cu idei de rezervă și moderează activitatea,
- Nu bruschează participanții și nu încalcă el însuși regulile promovate,
- Încurajează participarea tuturor,
- Folosește cuvinte de laudă pentru toate ideile: „bun”, „perfect”, „bravo” etc.,
- Valorifică ideile propuse (dacă participanții au fost solicitați doar ca generatori de idei), aducând la cunoștință modul în care au fost valorificate.

Avantajele metodei

- Permite participarea deplină a copiilor indiferent de mărimea grupului,
- Încurajează creativitatea,
- Generează o mulțime de idei și soluții pentru anumite probleme într-un timp restrâns,
- Spectrul problemelor analizate prin brainstorming este aproape nelimitat.

Variante ale asaltului de idei

ASALTUL DE IDEI ÎN SCRIS

Grupul mare este împărțit în grupuri a câte 5-8 persoane. Fiecare grup se așează în jurul unei mese. Fiecare participant are în față o foaie albă, iar în centrul mesei se află o foaie suplimentară.

Desfășurare

- Se enunță problema.
- Fiecare își notează pe foaie o idee.
- Cel care a terminat primul, înlocuiește fila de pe masă cu foaia lui și enunță altă idee, pe foaia de pe masă.
- Între timp, altul a terminat și face același lucru cu foaia de pe masă, pe care găsește, de această dată, o idee. El trebuie să adauge alta, inspirându-se, eventual, din ceea ce este scris în filă. Dacă dorește, poate dezvolta ideea de pe foaie. Jocul continuă până facilitatorul decide încetarea lucrului.

ASALTUL DE IDEI CU IMAGINI

Desfășurare

- Problema este enunțată în fața întregului grup.
- Apoi este realizat un asalt de idei oral cu tot grupul.
- Când s-au epuizat toate ideile, grupului i se prezintă o imagine.
- Se realizează un asalt de idei individual (în liniște) inspirat de imagini prin care se îmbunătățesc ideile din brainstormingul oral ori se propun alte idei. Fiecare participant își notează ideile în foia lui.
- Câțiva voluntari citesc cu voce ideile lor.
- Grupul discută pentru a găsi și alte variante.

ASALTUL DE IDEI CU SCHIȚE

Desfășurare

- Pentru a fi înțeleasă, problema se discută cu întreg grupul. Nu se dau soluții.
- Se formează grupuri a câte 4-6 persoane.
- Fiecare participant desenează o schiță a modulului în care vede rezolvarea problemei. Se lucrează în mod individual, în liniște, timp de 5-10 minute.
- Se transmit foile vecinilor din dreapta, în câteva runde. Fiecare modifică sau completează, dacă este necesar.
- Schițele se completează și se evaluează împreună cu toți participanții.
- Se alege o singură schiță, iar grupul mare trebuie să dezvolte varianta finală, în caz de necesitate utilizându-se elemente din celelalte schițe.

SCRISUL PE PEREȚI

Este o formă a asaltului de idei. Participanții își scriu ideile pe fișe pe care le lipesc apoi pe un perete. Avantajul acestei tehnici este că participanții se pot gândi în liniște, înainte de a fi influențați de ideile altora, iar fișele pot fi schimbate cu locurile pentru a clasifica ideile.

ACTIVITATEA ÎN GRUP

Este procedeul cel mai indicat în realizarea metodelor interactive. Oferă participanților posibilitatea unei participări mai responsabile și a unei cooperări mai strânse, dezvoltă abilități de comunicare interpersonală (participantul învață nu numai să vorbească, ci și să asculte). Îi ajută pe participanți să înțeleagă și să rezolve unele diferențe dintre ei. Îi face să înțeleagă necesitatea distribuirii rolurilor într-o echipă și în ce măsură depinde eficiența unei echipe de asumarea corectă a fiecărui rol, de îndeplinirea corectă a sarcinilor corespunzătoare rolului respectiv.

Desfășurare

- Stabiliți criteriul de grupare (conform intereselor, preferințelor, anotimpurilor, zilelor de naștere etc.) și numărul de participanți în grup. Numărul de participanți variază în funcție de temă. Membrii unei **perechi** tind să încheie înțelegeri și să răspundă unuia dorințelor celuilalt, în **triade** se dezvoltă mai bine idei noi. Un număr de **cinci** membri reprezintă mărimea ideală pentru grupurile care au de îndeplinit obiective precise. Cu cât crește numărul membrilor, cu atât crește complexitatea obiectivelor care pot fi urmărite, dar scade gradul de participare individuală.
- Elaborați împreună cu participanții un regulament care ar facilita realizarea cu ușurință a sarcinilor de grup. Fiecare regulă trebuie să reprezinte un comportament pozitiv, care fiind respectat va crea atmosfera sigură și prietenoasă pentru participarea tuturor.

De exemplu

Membrii grupului:

- vor fi respectuoși, exprimându-și opinia pe rând și ascultându-se reciproc,
- vor fi activi, propunând idei și implicându-se în realizarea sarcinilor de grup,
- vor fi uniți acceptând persoanele și ideile acestora,
- vor critica ideile fără a învinui și judeca persoanele etc.
- Propuneți participanților să repartizeze roluri și responsabilități în cadrul grupurilor mici:
 - secretarul - notează opiniile membrilor,
 - responsabil de timp - urmărește timpul,
 - moderatorul - se asigură că toți membrii își pot exprima opiniile,
 - raportorul - prezintă rezultatul activității grupului,
 - observatorul - evaluează activitatea elevilor din grup etc.

Rolul facilitatorului în cadrul organizării activității în grup

- Menține atenția participanților asupra obiectivelor stabilite,
- Încurajează activitatea individuală sau a grupului,
- Ajută grupul până la etapa când acesta va funcționa de sine stătător,
- Rezumă împreună cu participanții desfășurarea activității.

Avantajele metodei

- Participanții învață unul de la altul, vorbesc mai liber, apar idei mai multe și mai diverse,
- Participanții își acordă ajutor unii altora, în special în cazurile când opiniile coincid sau sunt similare și tinerii le acceptă și se susțin reciproc,
- Regulile de conlucrare în grup pot fi aplicate în activitatea cotidiană a participanților.

DISCUȚIA

Discuția este o tehnică prin intermediul căreia se realizează majoritatea metodelor interactive și care îi stimulează atât pe participanți, cât și pe facilitatori. Este un procedeu foarte eficient prin care tinerii se pot informa în domeniu, își pot exersa deprinderile de ascultare și de exprimare și își pot manifesta atitudinea față de problemele ce-i preocupă.

Desfășurare

- Expuneți tema clar și incitant pentru copii.
- Explicați sarcinile, problema, rolul participanților etc. Stabiliți prin consens regulile discuției, astfel ca fiecare participant să se simtă încurajat să participe. Este binevenit ca regulile să fie afișate în sală.
- Eficacitatea unei discuții reclamă conceperea și respectarea unor condiții, în primul rând ale dialogului, adică ale întrebărilor și răspunsurilor. Pentru a concepe întrebările ar fi necesar ca facilitatorul să aibă în vedere că:
 - întrebarea bine formulată determină o bună parte din răspunsul ce trebuie dat;
 - întrebările trebuie să stimuleze schimbul de idei între participanți, spiritul critic, să-i provoace să judece, să nu ceară răspunsuri logice simple (da/nu) sau doar să reproducă faptele. În acest sens facilitatorul ar trebui să folosească întrebările care încep cu: *de ce? pentru ce? cu ce scop? în ce caz? etc.*;
 - întrebările nu trebuie să inducă în eroare participanții.
- Evaluați activitatea cu ajutorul participanților (Ce a mers bine/rău și de ce? Cum au fost depășite neînțelegerile? Au avut toți tinerii posibilitatea să participe?)

Rolul facilitatorului

- Menține cursul comunicării pe tema anunțată, se asigură că sunt respectate regulile, eventual, rezumă în final,
- Formulează întrebări clare și pe înțelesul participanților,
- Rezervă suficient timp pentru ca participanții să-și poată expune părerile vizavi de problema pusă în discuție.

Avantajele metodei

- Încurajează activitatea și participarea tuturor membrilor grupului,
- Stimulează emiterea de idei noi,
- Ajută participanții să învețe reciproc, să coreleze activitățile realizate cu experiențele vieții reale.

DISCUȚIA-PANEL

Este o variantă a discuției, ce oferă participanților posibilitatea de a se informa pe o temă pregătită minuțios de la persoane competente în acest domeniu, de asemenea dezvoltă abilități de comunicare interpersonală.

Desfășurare

- Discuția-panel constă din două părți: o prezentare pe o temă anume, realizată de persoane cu experiență în acest domeniu (polițiști, judecători, victime, un elev cu o experiență deosebită etc.) și o discuție a auditoriului cu prezentatorii. În prima parte nu se permit întreruperi, ascultătorii își notează observațiile și întrebările pe care le vor ridica în partea a doua a activității. Dialogul care se naște între prezentatori și ascultători va respecta regulile unei discuții (anunțarea întrebării, luare de cuvânt pe rând etc.).
- O altă variantă a desfășurării părții a doua este discuția mesajelor (întrebări, completări, corectări etc. sub formă de bilețele). Aceste bilețele sunt expediate spre un transmițător de mesaje (de obicei acest rol și-l asumă facilitatorul) care le înmânează prezentatorilor. Mesajele sunt anonime. Persoanele invitate continuă discuția, ținând cont de mesajele primite, răspunzând, dacă binevoiesc, la întrebări, fără a fi obligați să răspundă la orice întrebare.

Rolul facilitatorului

- Deblochează discuția, situație care poate să apară din cauza nerespectării de către participanți a regulilor,
- Urmărește cum merge discuția, pentru ca la sfârșit să o poată evalua, dând participanților un feedback constructiv.

Avantajele metodei

- Participanții învață direct de la prima sursă,
- Generează emoții și sentimente, captează interesul și imaginația participanților,
- Oferă posibilitatea unei participări responsabile și a unei cooperări mai strânse,
- Îi ajută pe participanți să coreleze teoria cu experiențele vieții reale.

DEZBATEREA

Deseori, urmare a unei discuții, grupul se divizează fizic în două „tabere”, participanții susținând cele două răspunsuri posibile, schimbându-și părerea și poziția, trecând în „tabăra” opusă. Această metodă îi poate ajuta pe tineri să-și dezvolte capacitatea de exprimare clară, concisă, coerentă și convingătoare; să gândească critic și să ia decizii într-o problemă controversată; să câștige încredere în forțele proprii, stimulând spiritul de concurență în sensul bun al cuvântului. Abordarea de tip PRO-CONTRA, mai des folosită în cadrul activităților îi ajută pe participanți să privească o problemă într-un mod mai deschis, mai flexibil; contribuie efectiv la depășirea timidității sau impulsivității excesive și la afirmarea raționalității, lucidității și respectului reciproc; dezvoltă atenția față de punctul de vedere al adversarului.

Desfășurare

- Se stabilesc părțile (susținătorii și oponenții unei teze și, eventual, publicul), secretarii (cei care vor conduce discuțiile) și regulile comunicării.
- Reprezentanții fiecărei părți își expun, pe rând, și fără să fie întrerupți argumentele.
- Membrii celor două părți își pun reciproc întrebări, pentru o mai bună înțelegere a pozițiilor.
- Publicul pune întrebări reprezentanților celor două „tabere”. Ideea este ca problema să fie abordată din cât mai multe puncte de vedere.
- Reprezentanții celor două părți rezumă argumentele proprii.
- Se votează pro/contra tezei inițiale. Se compară rezultatul cu configurația inițială (câți susținători, oponenți, respectiv nehotărâți au existat la începutul dezbaterii).

Rolul facilitatorului

- Urmărește respectarea regulilor de către părți,
- Acordă asistență și sprijin ambelor părți în aceeași măsură,
- Intervine în momentele de tensiune sau de criză apărute pe perioada dezbaterii,
- Evaluează obiectiv participarea ambelor părți.

Avantajele metodei

- Dezvoltă un șir de capacități: gândirea critică asupra unei probleme, exprimarea (orală) clară, concisă a argumentelor și al contra argumentelor, ascultarea activă;
- Dezvoltă capacitățile retorice și de lucru în echipă, precum și încredere în forțele proprii;
- Competiția dintre grupuri va mări eficiența dezbaterii.

ADOPTĂ O POZIȚIE!

Această tehnică facilitează dezbaterile problemelor controversate. Poate fi folosită ca o introducere în activitate pentru a demonstra diversitatea punctelor de vedere asupra problemei în cauză. Dă posibilitate participanților să-și exprime clar gândurile, să privească o problemă într-un mod mai deschis, mai flexibil.

Desfășurare

- Enunțați tema discuției și precizați locul părților (pro și contra) în sală.
- Propuneți participanților să se deplaseze în acea parte a sălii care corespunde punctului de vedere asupra problemei în cauză.
- În mod aleator rugați participanții să-și argumenteze punctul de vedere.
- După ce au fost aduse argumente, întrebați tinerii dacă nu și-au schimbat părerile și dacă vor să treacă de partea opusă. Doritorii de a trece de partea opusă trebuie să-și argumenteze noua viziune.
- Cereți-le participanților să numească argumentele forte care i-au făcut să-și schimbe poziția.

Rolul facilitatorului

- Explică și discută cu participanții regulile de desfășurare a activității,
- Urmărește ca toți participanții să argumenteze cel puțin o dată alegerea făcută.

Avantajele metodei

- Oferă tuturor participanților posibilitatea de a participa și de a lua decizii într-o problemă controversată,
- Dezvoltă capacitățile de argumentare, analiză, concluzionare,
- Respectă ritmul participanților timizi, lenți.

CONTINUUM

Această variantă a discuției presupune ca participanții să se alinieze în funcție de gradul de adeziune la o anumită poziție pe o temă dată. Se pot folosi probleme controversate sau orice alte subiecte în care există diferite opinii bazate pe lege. Utilizând această tehnică în lucrul cu copiii, ei vor dobândi informații noi, își vor forma deprinderi de luare a unei decizii pentru sine sau pentru comunitate, își vor putea apăra poziția aleasă, vor putea examina pozițiile alternative și să asculte opiniile celorlalți.

Desfășurare

- Participanții se vor așeza într-o linie, în funcție de poziția față de problema expusă (de la cea mai mare adeziune la cea mai hotărâtă împotrivire față de punctul de vedere exprimat). Este foarte posibil să se formeze grupuri de tineri cu aceeași poziție. Ei se vor așeza în șir perpendicular pe linia continuă.
- Fiecare participant (sau grup) își va explica poziția (o va defini, nu își va apăra opinia exprimată), astfel încât toți să fie siguri că se află în locul corect pe linia continuă. Se admit schimbări de poziție în timpul prezentării acestora.
- Participanții își prezintă argumentele pentru alegerea locului respectiv. Ei se pot întreba reciproc de ce au acea opinie, dar răspunsurile nu trebuie să conțină o argumentare detaliată.
- Pentru a vă asigura că participanții se ascultă reciproc, cereți-le să prezinte argumentele contrare poziției proprii pe care le consideră valide. Este cineva convins de argumentele altei poziții?
- Participanții vor prezenta consecințele alegerii făcute.

Rolul facilitatorului

- Creează condițiile necesare pentru realizarea activității,
- Încurajează ca toți participanții să-și stabilească poziția și să-și argumenteze alegerea,
- Anunță varianta corectă fără a judeca sau învinui alegerile făcute anterior de către participanți.

Avantajele metodei

- Participanții se informează unii de la alții în diverse domenii, fac schimb de opinii,
- În cazul în care se lucrează în grupuri participanții au posibilitatea să aleagă din mai multe idei una care li se pare mai veridică,
- Participanții pot compara informații, pot pune la îndoială unele idei.

JOCUL PE ROLURI

Jocul pe roluri îi ajută pe copii și tineri să înțeleagă mai bine propriul rol și rolurile celor din jur, dezvoltându-și capacitatea empatică, gândirea critică și capacitatea de decizie; dezvoltă la participanți capacitatea de a-și planifica strategii alternative de acțiune, foarte utile și probabile în viața lor de fiecare zi; pune în valoare legătura dintre atitudinea, opiniile și valorile copiilor și tinerilor.

Desfășurare

- Stabiliți tema/scenariul. Asigurați-vă că fiecare participant a înțeles situația (dacă participanții vor trebui să-și construiască singuri rolul) sau textul (dacă aveți un scenariu scris) și se simte motivat să joace rolul respectiv. Dacă o parte din tineri vor fi spectatori, indicați-le ce trebuie să urmărească pe parcursul scenei.
- Acordați participanților timp să intre în rol (să se documenteze, să se familiarizeze cu situația).
- Prezentarea propriu-zisă a piesei. Pe parcursul desfășurării jocului pe roluri pot fi necesare întreruperi pentru a explica respectivul comportament sau pentru a interacționa cu spectatorii. În cazul mediilor, triadelor sau negocierilor facilitatorul poate interveni în grupuri pentru a acorda ajutor (dacă se solicită) sau pentru a da un feedback adecvat.
- Evaluarea. După prezentări se pot discuta următoarele aspecte:
 - Cum s-au simțit participanții în rolurile respective?
 - De ce au tratat în modul respectiv situația sau personajul?
 - Au prezentat soluții la situația-problemă?
 - Ce au învățat din experiența trăită?
 - Spectatorii vor spune ce au simțit în diferite momente ale piesei și cum ar fi jucat ei diversele situații.

Sfaturi pentru facilitator

- Jocul pe roluri se bazează pe emoții și trebuie condus cu delicatețe. Respectați emoțiile și sentimentele fiecărui participant.
- În abordarea temei și reprezentarea piesei trebuie să țineți cont de structura socială a grupului (de exemplu, un joc pe roluri despre drepturile minorităților sau ale persoanelor cu deficiențe; dacă în grup există astfel de tineri, nu trebuie să îi expună pe aceștia jignirilor sau marginalizării).
- Jocul pe roluri imită de obicei viața reală, deci este posibil să apară întrebări la care nu se poate da un răspuns univoc sau chiar nu se poate da răspuns, încercați să nu le impuneți participanților punctul dvs. de vedere sau să-i lăsați să se simtă neputincioși față de gravitatea și complexitatea problemelor reale.
- Atmosfera de spectacol se poate „aprinde” și vă poate abate atenția de la obiectivele exercițiului. Nu le permiteți participanților să uite motivul și fondul activității.
- După finisarea activității și evaluarea ei, spuneți participanților că a fost doar un joc pe roluri.

Avantajele metodei

- Participanții învață să acționeze într-o anumită problemă prin improvizarea unei situații bine structurate care să reflecte fapte și situații din realitate.

STUDIUL DE CAZ

Abordarea unei activități sub forma studiului de caz le oferă participanților posibilitatea de a analiza o situație sau un caz în care există un conflict sau o dilemă. Participanții vor aplica pas cu pas o procedură ce include analizarea faptelor, luarea și susținerea unei decizii și cântărirea consecințelor acelei decizii. De obicei, studiul de caz se prezintă în formă scrisă, dar poate fi prezentat și ca film, joc pe roluri etc.

Desfășurare

- Prezentați subiectul activității și tot setul de informații despre cazul care va fi abordat.
- Cereți-le participanților să citească acest caz.
- Cereți-le participanților să clarifice faptele care compun cazul. Folosiți pentru aceasta întrebări de genul:
 - *Ce s-a întâmplat?*
 - *Care sunt părțile implicate în caz sau în conflict?*
 - *Ce a determinat-o pe persoana X să acționeze în acel mod?*
 - *Ce fapte sunt importante?*
 - *Ce fapte lipsesc pentru înțelegerea cazului?*
- În loc de a le pune întrebări, facilitatorul le poate cere participanților să lucreze în perechi, triade, grupuri mici.
- Declanșați o discuție în care participanții vor prezenta problemele (problema) importante din cazul respectiv. Acest lucru se va face sub formă de întrebări. Acestea depind de rezultatele pe care le vizați.
- După ce ați stabilit problema, tinerii se vor concentra asupra argumentelor pro și contra comentând fiecare opinie. Când vor discuta argumentele, participanții vor avea în vedere întrebările: Care sunt valorile și beneficiile fiecărui argument și ale fiecărei soluții? Există alternative?
- Participanții trebuie să fie încurajați să se asculte reciproc, să ia în considerare toate părerile și să evalueze toate punctele de vedere.
- După ce au ascultat toate argumentele, participanții vor trebui să adopte o hotărâre. Este important ca ei să prezinte motivele și necesitatea luării deciziei respective.
- După luarea propriei decizii, participanții vor asculta decizia luată în realitate în acel caz. Dacă ele diferă sau dacă argumentele diferă, tinerii nu trebuie să simtă că au greșit. Li se va cere să compare cele două decizii și să argumenteze care este mai bună. De ce s-a ajuns în realitate la acea decizie și nu la cea luată de ei? Care ar fi consecințele aplicării fiecărei decizii (pentru părți și pentru întreaga societate)? La această etapă ar trebui să se răspundă la următoarele întrebări: Ce decizie s-a adoptat? De ce? Sunteți de acord cu ea? Ce efecte ar avea ea asupra voastră? Dar asupra altora?

Rolul facilitatorului

- Ajută participanților să mențină discuția în subiect,
- Conduce discuția participanților spre rezolvarea cazurilor și nu oferă soluții de-a gata,
- Asigură atmosfera de lucru.

Avantajele metodei

- Dezvoltă capacitățile de gândire logică, de analiză independentă, gândire critică și de luare a deciziilor,
- Generează emoții și sentimente, captează interesul și imaginația participanților,
- Îi ajută pe participanți să coreleze activitățile cu experiențele vieții reale.

PRES

Formula PRES este o tehnică utilă de desfășurare a discuțiilor pe teme controversate, care facilitează manifestarea poziției sau opiniei cu privire la problema dată. Această metodă îi ajută pe tineri să-și înțeleagă gândurile, să formuleze și să-și prezinte clar și concis opiniile.

Desfășurare

- Afișați posterul care prevede cei patru pași ai metodei PRES.
 - P. - Exprimați-vă **punctul** de vedere.
 - R. - Alcătuiți un **raționament** (judecată) referitor la punctul de vedere.
 - E. - Dați un **exemplu** pentru clarificarea raționamentului (judecății) dvs.
 - S. - Faceți un **sumar** / rezumat al punctului dvs. de vedere.
- Clarificați pașii și răspundeți la întrebări. Pentru a înțelege pașii, urmăriți exemplul:
 - P. - *Eu sunt de părere că fumatul dăunează sănătății.*
 - R. - *Societatea Americană pentru combaterea cancerului a stabilit că fumatul este unul din principalii factori cancerigeni.*
 - E. - *Unchiul meu a decedat de cancer. Medicii au stabilit că fumatul a fost cauza principală a apariției cancerului.*
 - S. - *Iată de ce eu sunt de părere că fumatul dăunează sănătății,*
- Sugerați participanților să încerce să folosească formula referitor la oricare subiect ales de ei.
- Rugați participanții să-și exprime punctele de vedere vizavi de unul și același subiect.
- Începeți activitatea când toți participanții au înțeles formula.

Rolul facilitatorului

- Pregătește din timp posterul cu pașii metodei PRES,
- Verifică înțelegerea pașilor activității.

Avantajele metodei

- Structurează discuțiile pe teme controversate,
- Dezvoltă la maximum capacitatea de argumentare,
- Îi învață pe participanți că orice părere trebuie argumentată.

SINELG

Folosind această metodă participanții vor putea să citească analitic un text (să prelucreze informația concomitent cu recepționarea ei), respectiv, să determine individual în timpul lecturii unele aspecte: ce e nou, ce e cunoscut deja, cu ce sunt de acord, cu ce nu sunt de acord. Deasemenea, participanții își vor forma deprinderea de lectură critică a unui text, va putea exprima judecăți în baza celor citite/analizate, folosind experiențele anterioare.

Desfășurare

- Participanților li se va repartiza textul pe care trebuie să-l citească. Poate fi același text pentru tot grupul, pot fi propuse două-trei texte (pe aceeași problemă, temă).
- Timpul rezervat pentru lectura individuală nu trebuie să depășească jumătate din timpul destinat întregii activități.
- În timpul lecturii individuale participanții își vor nota pe marginea textului în felul următor:
 - (+) – un enunț nou pentru ei;
 - (-) – un enunț cu care nu este de acord;
 - (?) – enunț confuz, comentarii și întrebări;
 - (!) – un enunț cu care este de acord;
- După ce se termină lectura, se trece la discuțiile asupra celor notate referitor la textul citit. Este foarte eficient ca aceasta să se facă cu întreg grupul, dar e nevoie de mai mult timp. Mai operativ se lucrează în grupuri de câte 5-6 persoane. Discuțiile, atât în grupuri mici, cât și în cadrul grupului mare, se vor face conform celor patru tipuri de enunțuri. Se va comenta, în baza celor citite, fiecare tip de enunț.
- În etapa concluziilor se pun în discuție unele aspecte comune și particulare care au rezultat din analiza textului și din discuțiile referitoare la tipurile enunțurilor.

Rolul facilitatorului

- Acordă explicații și suficient timp participanților pentru a realiza sarcinile,
- Planifică utilizarea metodei pe o perioadă nu prea mare de timp pentru ca să nu plictisească participanții.

Avantajele metodei

- Responsabilizează participanții prin solicitarea imediată a acestora,
- Munca individuală, care de obicei este privită ca ceva monotona, devine mai dinamică, mai intrigantă.

GÂNDEȘTE / PERECHI / PREZINTĂ

Această metodă este o activitate de învățare prin cooperare. Îi stimulează pe participanți să reflecteze asupra unui text sau a unei probleme, le creează participanților condiții bune pentru împărtășirea propriilor idei, le oferă posibilitatea unei participări responsabile și a unei cooperări mai strânse.

Desfășurare

- Prezentați participanților o întrebare sau o problemă.
- Cereți-le să reflecteze asupra răspunsului sau soluției pentru această problemă.
- Rugați-i pe participanți să formeze perechi. Ei își vor împărtăși experiențele referitoare la aceste probleme, încercând să formuleze un răspuns comun.
- Propuneți perechilor să-și prezinte răspunsurile.

Rolul facilitatorului

- Selectează probleme sau întrebări ce țin de grup, de participanți,
- Respectă decizia participanților cu cine doresc să lucreze în perechi,
- Acordă posibilitate ca fiecare pereche să-și prezinte răspunsurile, soluțiile.

Avantajele metodei

- Încurajează participarea tuturor,
- Participanții învață unii de la alții să reflecte asupra experiențelor proprii,
- Participanții timizi se vor implica mai ușor într-o asemenea activitate.

TEHNICA CUBULUI

Este o strategie de învățare care facilitează examinarea unei teme/probleme din diferite puncte de vedere.

Desfășurare

- Pregătiți un cub cu diferite indicații-cheie scrise pe fiecare latură. Indicațiile-cheie sunt: descrie, compară, asociază, analizează, aplică, găsește argumente pro și contra.
- Explicați participanților ce semnificație are fiecare indicație-cheie:
 - **Descrie:** descrie subiectul/problema în linii generale (trăsături, caracteristici etc.).
 - **Compară:** găsește elemente comune și diferite ale subiectului/problemei cu alte subiecte ce le-ai studiat.
 - **Asociază:** gândește-te la subiectul studiat, asociază-l cu alte subiecte, evenimente. Cu ce se asociază acest subiect?
 - **Analizează:** împarte subiectul în mai multe elemente din care este alcătuit, examinează detaliile.
 - **Aplică:** spune cum poate fi utilizat subiectul?
 - **Evaluează:** apreciază subiectul, exprimându-ți atitudinea față de el.
- După descriere, participanții își împărtășesc răspunsurile pentru fiecare latură a cubului. Aceasta se poate face la început cu un partener. Fiecare alege trei laturi ale cubului și va citi ce a scris despre acestea cu referință la subiect partenerului său. Când se discută, e bine să se respecte ordinea laturilor propusă mai sus, care sunt prezentate de la o formă de gândire mai simplă la una mai complicată.

Rolul facilitatorului

- Explică cât se poate de clar indicațiile-cheie de pe laturile cubului,
- Oferă tuturor participanților posibilitatea să-și expună părerile.

Avantajele metodei

- Participanții sunt ajutați să analizeze un subiect, o problemă din mai multe puncte de vedere.

ECHIPE-JOCURI-TURNEE

Această tehnică presupune învățarea prin colaborare și apoi aplicarea individuală a celor învățate într-un joc competitiv.

Desfășurare

- Se formează echipe eterogene (adică grupuri cu abilități mixte) care învață sau recapitulează ceea ce s-a învățat.
- Apoi participanții trec în echipe de turneu omogene (adică grupuri cu abilități egale) pentru a se întrece într-un joc bazat pe cele învățate. În mod obișnuit jocul constă în a răspunde la întrebări. Pentru fiecare răspuns corect, fiecare participant câștigă un punct.
- După turneu, fiecare participant se întoarce în echipa sa cu un anumit scor. Echipa însumează aceste scoruri și își calculează punctajul pe echipă, iar apoi se stabilesc echipele câștigătoare.

Rolul facilitatorului

- Facilitează desfășurarea activității conform regulilor stabilite de grup,
- Evaluează obiectiv răspunsurile participanților.

Avantajele metodei

- Pe lângă faptul că le oferă participanților ocazia de a-și exersa deprinderile de învățare în colaborare, metoda dă posibilitatea formării și exersării unor deprinderi sociale, printre care sportivitatea. Înainte de a începe turnirurile discutați cu participanții ce înseamnă spiritul sportiv, cerându-le să dea exemple concrete. Aceasta va crește probabilitatea ca participanții să se ia la întrecere într-un mod prietenesc.

ZIG-ZAG

Aplicând această metodă participanții vor putea să studieze împreună un volum mare de informații în timp scurt. Se pot ajuta reciproc și pot învăța mai eficient, având oportunitățile de predare.

Desfășurare

- Selectați materialul pentru studiu și pregătiți fișele pentru participanți (o problemă va fi secționată în componente logice și echilibrate). Se pot folosi manuale, ziare, reviste, diverse texte.
- Formați grupuri inițiale printr-un procedeu stabilit de dvs. Grupurile trebuie să aibă același număr de persoane.
- Formați grupuri de experți (din câte o persoană din fiecare grup inițial). Numărul grupurilor va corespunde numărului fișelor pregătite în prealabil. Participanții vor studia conținutul de pe fișă și vor deveni experți în acel domeniu. Pentru eficiență stabiliți următoarele roluri în grupul de experți: facilitator, responsabil de timp, secretar etc. Prin studiu individual și discuții experții vor trebui să înțeleagă materialul. De asemenea, vor conveni asupra elementelor esențiale care trebuie să fie cunoscute de toți participanții și asupra modului în care ei, în calitate de experți, vor preda materialul respectiv.
- Reuniți grupurile inițiale (prin reunirea experților în domeniile studiate la etapa anterioară) și reluați predarea materialului de către expertul în domeniul respectiv. Toți experții sunt în aceeași măsură îndreptățiți și datori să le împărtășească celorlalți participanți experiența lor. Trebuie să rezervați timp suficient.
- Evaluați înțelegerea și revedeți pe scurt cele învățate reciproc.
- Ulterior se poate desfășura orice activitate individuală sau de grup pe baza cunoștințelor acumulate prin metoda „Zig-zag”.

Rolul facilitatorului

- Rezervă suficient timp la toate etapele activității,
- Încurajează și ajută participanții să transmită informația interactiv.

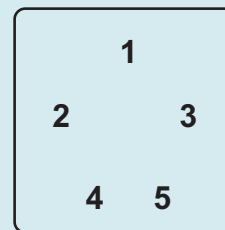
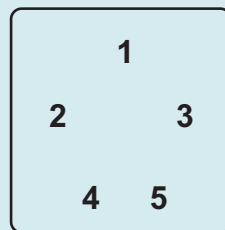
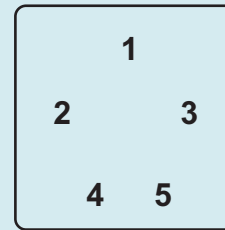
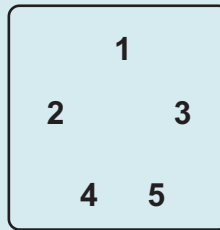
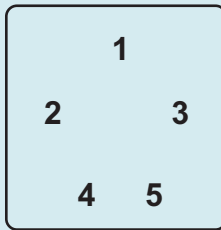
Avantajele metodei

- Le oferă participanților posibilitatea să asimileze un volum mare de informație,
- Dezvoltă capacitatea de expunere clară, de predare a informației,
- Sporește responsabilitatea participanților.

SCHEMA ZIG-ZAG

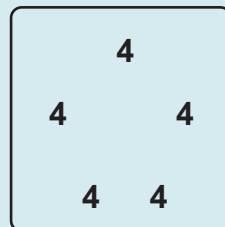
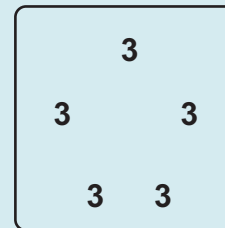
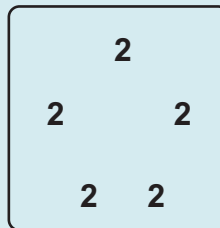
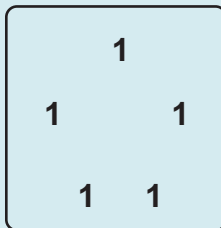
Grupuri INIȚIALE

Ascultă sarcina



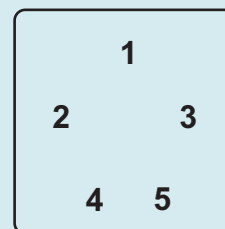
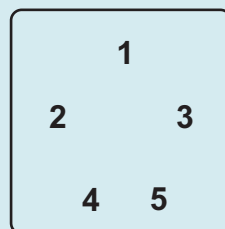
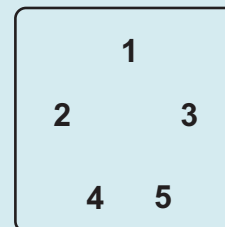
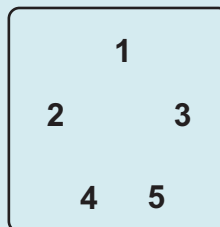
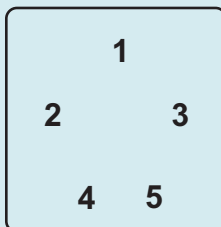
Grupuri EXPERTI

Studiază



Grupuri INIȚIALE

Se predă



2.3 Evaluarea formării deprinderilor de viață. Metode și tehnici de evaluare

Evaluarea este parte integrantă a procesului de formare a deprinderilor de viață. În acest domeniu de educație evaluarea nu va fi utilizată ca mecanism de verificare pentru a decide cine poate fi promovat la următorul nivel ci ca instrument care poate ajuta la îmbunătățirea calității educației pentru copii și tineri. Evaluarea în formarea deprinderilor de viață se realizează pentru a urmări progresul de dezvoltare, oferind oportunitatea de a compara permanent achiziționarea și practicarea de către copil/tânăr a deprinderilor de viață.

În funcție de momentul integrării evaluării în desfășurarea procesului de formare a deprinderilor de viață se pot realiza trei tipuri de evaluare:

- **Evaluarea formativă (inițială)** este acumularea informației calitative în scopul elaborării și modificării unui program. Această informație vă va ajuta să planificați și să decideți care vor fi etapele de implementare.
- **Evaluarea procesului (continuă)** este acumularea informației despre lucrul îndeplinit și despre persoanele care au beneficiat de acest lucru. Acest proces se monitorizează continuu pentru a evalua progresul obținut în baza obiectivelor și a scopurilor propuse, adică poziția rezultatelor parțiale față de cele finale preconizate. Rezultatele acestui tip de evaluare vă poate ajuta să modificați etapele, strategiile de implementare pentru a depăși unele dificultăți apărute și neprevăzute în perioada proiectării.
- **Evaluarea cumulativă (finală)** este acumularea informației despre rezultatele obținute și diferențele aduse de aceste rezultate. Evaluarea cumulativă se face pentru a determina impactul sau schimbările la nivel de comportament, cunoștințe, atitudini și capacități menite să le influențeze. Este important de evaluat finalitățile care sunt direct legate de obiectivele programului.

Nivelul de dezvoltare a deprinderilor, cunoștințelor și atitudinilor poate fi evaluat prin implicarea copiilor și tinerilor, profesorilor, părinților, altor membri ai comunității. Profesorii și alți facilitatori calificați și antrenați în program pot și trebuie să evalueze valoarea activităților cu ajutorul gândirii profesionale, monitorizării propriilor sentimente și reacții și primirea feedback-ului din partea participanților.

Gândirea profesională poate fi aplicată prin intermediul următoarelor întrebări:

- Am rămas eu mulțumit de modul în care s-a desfășurat activitatea?
- Au fost atinse obiectivele de învățare propuse?
- Au fost utilizate resursele și activitățile adecvate?
- Au fost suficiente cunoștințele mele despre subiect?
- Au fost copiii/tinerii activi, interesați și motivați?
- Au contribuit copiii/tinerii cu întrebări și opinii?
- A fost discuția destul de focalizată și structurată?
- Cu ce schimbări aș veni eu pentru a face activitatea următoare mai bună?

Evaluarea activităților și a programului se va efectua printr-o diversitate de metode participative și interactive, atât calitative, cât și cantitative ajustate la vârsta și individualitatea copiilor/tinerilor.

În continuare descriem unele tehnici/exerciții de evaluare relevante pentru programul *Formarea deprinderilor de viață*.

CHESTIONARUL ȘI INTERVIUL

Aceste tehnici pot fi folosite în cadrul evaluării inițiale, continue și finale.

Materiale: foi și pixuri pentru fiecare participant, (pentru chestionare), dictafon și casetă audio (pentru interviu).

Desfășurare

1. Pregătiți din timp lista cu întrebări. Alcătuirea întrebărilor o veți face în dependență de obiectivele investigației, tema abordată, activitatea în cadrul căreia se va realiza chestionarul, nivelul de pregătire a celor chestionați sau intervievați.
2. Formulați întrebări scurte, clare, în număr rezonabil și ordonate logic. Omiteți întrebările dirijate (din care subiectul să deducă ce doriți să vă răspundă) și includeți întrebări de control (care să reducă riscul răspunsurilor nesincere sau impersonale). Includeți în chestionar sau interviu întrebări deschise (la care subiecții să se simtă liber și să răspundă creativ) pe lângă întrebările-grilă (cu mai multe răspunsuri) și cele bipolare (da/nu).
3. Respectați intimitatea celor intervievați sau chestionați. Specificați pe chestionar că este anonim, în cazul interviului nu insistați să obțineți răspunsuri când cel interviuat evită să vorbească.
4. Ca intervievator în timpul interviului trebuie să fiți comunicabil, zâmbitor pentru a-l încuraja pe interlocutor să comunice sincer. Nu transformați interviul într-un interogatoriu.
5. Oferiți feedback, adică comunicați celor chestionați sau intervievați rezultatele și concluziile.

PROIECTUL

Această metodă poate fi folosită în cadrul evaluării continue și finale.

Desfășurare

1. Studiați împreună cu participanții care sunt necesitățile, interesele grupului de copii și tineri, din școală și comunitate (folosiți chestionarul, interviul, discuția focus-grup etc.).
2. Alegeți tema împreună cu participanții. Este important să asigurați pentru această etapă următoarele condiții:
 - Participanții să aibă un anumit interes pentru subiectul propus,
 - Să fie nerăbdători în a crea un produs de care să fie mândri.
3. Formați grupuri cu număr optim de persoane în funcție de natura obiectivelor și experiența participanților, de mărimea clasei.
4. Planificați derularea proiectului. Propuneți membrilor grupurilor să stabilească pașii de realizare a planului proiectului.

Model

Pașii de realizare a planului proiectului

Estimați problema

În ce constă problema?
Care este aria de extindere a ei?

Analizați cauzele:

Care sunt cauzele ei?
Care sunt situațiile care determină apariția problemei?

„Asalt de idei” privind soluțiile posibile:

Întocmiți o listă a eventualelor soluții pentru această problemă.

Identificați prioritățile:

Care dintre aceste soluții sunt cele mai potrivite?

Identificați factorii favorabili și nefavorabili:

Care sunt factorii ce pot înlesni realizarea acestei soluții?
Care sunt factorii care pot împiedica realizarea acestei soluții?

Identificați partenerii și aliații:

Care sunt persoanele, grupurile, organizațiile care vă pot ajuta în soluționarea problemei?

Planificați acțiunea:

Ce acțiune întreprindeți pentru soluționarea problemei?

Resurse:

Care va fi costul acestei acțiuni în bani și în timp personal?
Cât alocați pentru fiecare parte a acestei acțiuni?

Schițați un orar:

Care va fi durata acestui proiect?
Când îl începeți?
Care sunt indicatorii principali pe parcurs?

Evaluare:

Cum veți aprecia în procesul soluționării dacă acționați în direcția corectă?
Cum veți constata că problema a fost soluționată sau nu?

5. Realizarea propriu-zisă a activităților planificate.
6. Prezentarea rezultatelor de către membrii grupurilor. Prezentarea poate avea loc în fața unui auditoriu mai larg. Conferiți momentului seriozitate și manifestați interes față de eforturile participanților. Încurajați prezentatorii să folosească mijloace diverse (poze, diapozitive, alte persoane implicate în realizarea planului lor etc.).
7. Evaluați realizarea proiectelor de grup împreună cu participanții implicați. De la începutul activității, ca facilitator, veți prezenta grupurilor formate grile de evaluare (ce veți evalua la sfârșitul realizării proiectului: alegerea problemei, selectarea soluțiilor, realizarea planului de acțiuni, evaluarea, prezentarea, concluziile etc.).

PORTOFOLIUL

Această metodă poate fi folosită în cadrul evaluării continue și finale.

Materiale: mape pentru fiecare membru al grupului.

Portofoliul este un instrument de evaluare flexibil, complex și integrator. Portofoliul este un set de lucrări (eseuri, teste, interviuri, sondaje de opinii, poze, istorii, articole, comunicări, studii de caz, scheme etc.) realizate de copii și tineri într-un interval mai lung de timp.

Desfășurare

1. Solicitați copiilor și tinerilor cu care lucrați să-și creeze portofolii (mape) în care vor acumula informații, materiale din cadrul activităților de formare a deprinderilor de viață.
2. Cereți copiilor să îmbogățească regulat portofoliile lor cu materiale noi, la activitățile, temele pe care le realizați cu ei.
3. Împreună cu copiii stabiliți niște criterii de selectare și de clasificare a materialelor.
4. Organizați o prezentare a portofoliilor membrilor grupului.
5. Evaluați lucrările împreună cu participanții.

ESEUL

Această tehnică poate fi folosită în cadrul evaluării inițiale, continue și finale.

Eseul este o metodă de evaluare care necesită capacități de gândire și care este potrivită pentru realizarea unui obiectiv de genul luarea unei poziții într-o chestiune controversată și susținerea acelei poziții.

Desfășurare

1. Propuneți sau selectați împreună cu participanții tema eseului.
2. Cereți participanților, să ia în considerare următoarele sugestii la scrierea eseului:

conținut și poziție: teza sau poziția să fie susținută într-un eseu bine organizat. Să existe argumente și date pe care să se fundamenteze aceste argumente. Să se facă referire la toate problemele importante. Să se ofere analize și să se ajungă la concluzii plauzibile.

grad de acoperire: să se acopere toate aspectele problemei respective.

documentare: să se furnizeze date relevante și specifice.

prezentare: să fie bine organizată. Să se folosească un limbaj clar, precis, viu. Să se dea răspunsuri la problema respectivă.
3. Oferiți feedback verbal sau în scris fiecărui participant în parte.

ANALIZA SWOT

Această tehnică poate fi utilizată în cadrul evaluării inițiale, continue și finale.

Materiale: coli de hârtie, lipici, carioca.

Desfășurare

1. Pentru aplicarea tehnicii S.W.O.T. se desenează 4 cadrane în care se vor înscrie ideile în procesul discuției.
2. Participanții în grupuri a câte patru persoane, vor analiza activitățile după următoarea schemă:

S Puncte tari	W Puncte slabe
O Oportunități (pentru viitor, posibilități, alternative)	T Temeri pentru realizarea oportunităților

Exerciții interactive de evaluare

COPACUL AȘTEPTĂRILOR

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la începutul unei activități, teme mari, capitol.

Materiale: coli de hârtie, fișe mici de hârtie, carioca, pixuri pentru fiecare participant, lipici.

Desfășurare

1. Desenați un copac pe o foaie mare sau pe tablă. În acest caz rădăcinile vor reprezenta așteptările, tulpina – contribuția fiecăruia pentru realizarea așteptărilor, crengile – temerile participanților.
2. Distribuiți fiecărui participant fișe mici de hârtie. Participanții scriu pe foile aparte așteptări, contribuții, temeri și le fixează pe partea respectivă a copacului. Cine dorește, le citește cu voce.

COȘUL CU FRUCTE

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la începutul și sfârșitul unei activități, teme, capitol.

Materiale: coli de hârtie, carioca, pixuri pentru fiecare participant, lipici, fișe colorate.

Desfășurare

1. Desenați pe o coală de hârtie un coș. Pe conturul acestui coș lipiți fișele pe care participanții au scris așteptările lor privind activitățile.
2. La sfârșitul activității desenați în coș fructe pe care lipiți fișe cu realizările, succesele scrise de participanți la activitate.

PANOUL AȘTEPTĂRILOR

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la începutul unei activități, teme mari, capitol.

Materiale: coli de hârtie, carioca, lipici.

Desfășurare

1. Pregătiți din timp două foi cu inscripțiile:
 - Ce aș dori eu să se întâmple în cadrul acestei acitivități?
 - Ce nu aș dori să se întâmple?
2. Fixați foile pe perete și rugați participanții să se apropie pe rând și să scrie propriul răspuns la aceste întrebări. Când toți și-au scris ideile, un voluntar citește ceea ce este scris pe foi.
3. Ideile fixate pe foi vă pot ajuta să determinați împreună cu participanții un regulament al grupului.

SCRISOAREA

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la sfârșitul unei activități, teme, capitol.

Materiale pixuri și foi pentru fiecare participant.

Desfășurare

1. Spuneți participanților că vor avea de scris un răvaș adresat lor înșiși.
2. Mesajul fiecăruia trebuie să conțină informații despre:
 - Sentimentele, emoțiile pe care le-a trăit participând la activitate,
 - Două cele mai importante momente pe care le-a reținut.
3. Scrisoarea se va termina cu ideile lor de implementare în practică a cunoștințelor, a deprinderilor, atitudinilor dezvoltate într-o perioadă de timp foarte apropiată.
4. Colectați scrisorile și peste o oarecare perioadă de timp distribuiți scrisorile participanților. Sugerați tinerilor să compare gândurile pe care le-au avut cu cele din prezent și ce au reușit să realizeze din ceea ce și-au propus.

CU CINE SEAMĂN?

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la sfârșitul unei activități, teme, capitol.

Desfășurare

1. La sfârșitul activității rugați participanții să se identifice cu un obiect/lucru.
2. Timp de câteva minute, permiteți participanților să reflecteze și apoi să explice de ce au ales acest obiect (obiectul ales servește participantului drept reper pentru a explica evoluția sau schimbarea anumitor trăsături personale, a relațiilor cu ceilalți membri ai grupului în care a lucrat, utilitatea obiectului și nemijlocit a sa).
3. Copiii/tinerii sunt încurajați să gândească creativ și să se exprime liber despre cum s-au schimbat ei pe parcurs, care sunt activitățile pe care ar dori să le realizeze în viitorul apropiat.

POSTER

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la începutul și sfârșitul unei activități, teme, capitol.

Materiale: foi și pixuri pentru fiecare participant, carioca, coli de hârtie.

Desfășurare

1. Propuneți participanților să alcătuiască o listă:
 - a așteptărilor și a temerilor (personale și ale grupului) - pentru evaluare inițială,
 - a cunoștințelor învățate, a deprinderilor și a atitudinilor formate în timpul activității, teme, capitolului - pentru evaluare intermediară sau finală.
2. Formați grupuri mici a câte 4-6 persoane. Împărțiți fiecărui grup de participanți materiale (carioca și coli de hârtie). Participanții vor face schimb de opinii și vor crea o listă comună a așteptărilor (evaluare inițială) sau a celor învățate (evaluare finală).
3. Rugați reprezentanții grupurilor să-și prezinte posterele în grupul mare.

SEMAFORUL

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la sfârșitul unei activități.

Materiale: câte un set de fișe colorate (trei culori ale semaforului) pentru fiecare participant.

Desfășurare

1. Distribuți tuturor participanților câte un set de fișe colorate.
2. Un voluntar va începe să spună ce a reușit să învețe în cadrul acestei activități. Cine este de acord cu această apreciere ridică fișa verde, cine este neutru ridică fișa galbenă, iar cei care nu sunt de acord ridică fișa roșie și fac comentariu la această afirmație.
3. Vor continua și alți participanți cu alte afirmații.

EU...

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la sfârșitul unei activități, teme mari, capitol.

Materiale: foi și pixuri pentru fiecare participant.

Desfășurare

1. Scrieți pe tablă patru începuturi de propoziții:
 - Eu simt...
 - Eu știu...
 - Eu cred...
 - Eu sunt convins(ă) că...
2. Participanții, individual, vor scrie pe foi continuarea acestor propoziții, referindu-se la conținutul activităților și la propria implicare pe parcurs.

CERCURI CONCENTRICE

Acest exercițiu de evaluare poate fi organizat la sfârșitul unei activități, teme mari, capitol.

Materiale: foi și pixuri pentru fiecare participant, lipici.

Desfășurare

1. Distribuți fiecărui participant foi curate și spuneți-le să deseneze pe ele trei cercuri concentrice.
2. Timp de 6 minute participanții vor completa individual enunțurile din cercuri.



3. Fiecare participant va prezenta ceea ce a scris pe foaie și o va fixa pe tablă.

FIȘE COLORATE VIZUALIZATE (VIPP)

Această tehnică poate fi folosită în cadrul evaluării inițiale, continue, finale.

Materiale: fișe de hârtie colorată, carioca, lipici.

Desfășurare

1. Explicați participanților regulile scrierii ideilor pe fișele VIPP:
 - se scrie cu majuscule,
 - numai o singură idee pe fișă,
 - ideea/gândul se scrie în cel mult trei rânduri,
 - ideea nu poate fi exprimată doar printr-un singur cuvânt
2. Rugați participanții să-și ia câte o fișă și să răspundă la întrebarea formulată. Veți selecta o întrebare care urmează a fi evaluată. Exemple:
 - Care sunt așteptările voastre față de această activitate, temă etc.?
 - Ce cunoștințe, deprinderi, atitudini v-ați format fiind implicați în aceste activități?
 - Cum putem îmbunătăți organizarea, desfășurarea activităților?
3. Dacă cineva are mai multe idei, poate lua mai multe fișe.
4. Invitați participanții să ia lipici și să lipească fișele lor pe perete.
5. Rugați participanții să grupeze fișele și să denumească fiecare grup de idei.

DESENAREA IMPACTULUI

Această tehnică poate fi folosită în cadrul tuturor tipurilor de evaluare.

Materiale: foi pentru fiecare participant, carioca, creioane colorate, lipici.

Desfășurare

1. Distribuieți fiecărui participant câte o foaie și câteva creioane colorate sau carioca.
2. Solicitați participanților să împartă foaia în două. Pe o parte a foii vor desena cum erau ei pînă a participa la activități și pe cealaltă parte vor desena cum sunt la moment, sau cum i-a schimbat participarea.
3. Rugați participanții să deseneze aceste schimbări și să semneze desenul. Încurajați creativitatea și ingeniozitatea!
4. Pe rând, invitați fiecare participant să prezente desenul său și să comenteze cele desenate, răspunzând la întrebarea cum implicarea/participarea la activități i-a schimbat viața.
5. După prezentare, fiecare își va lipi desenul la un loc vizibil.

2.4 Design-ul activităților de formare a deprinderilor de viață

Activitățile de formare a deprinderilor de viață pot fi diverse: ore educative, seminare, ateliere tematice, întâlniri, vizite, expoziții, concursuri, discoteci, sărbători, concerte, forumuri teatrale etc. Veți decide și veți alege împreună cu participanții tipul activității și perioada oportună pentru desfășurarea ei. În dependență de tipul activității puteți ține cont de următorii pași:

I. PLANIFICAREA

Realizați o evaluare a necesităților și intereselor participanților

Veți purta o discuție cu membrii grupului, veți pregăti un chestionar pentru a fi completat de aceștea sau veți selecta o altă metodă de evaluare prin intermediul căreia puteți să aflați care sunt necesitățile de instruire și interesele grupului cu care lucrați.

Stabiliți scopul și obiectivele activității

În dependență de rezultatele evaluării inițiale veți stabili scopul și obiectivele activității.

Alegeți metode și tehnici interactive de lucru

Metodele și tehnicile de lucru le veți selecta ținând cont de tipul activității. Prin intermediul acestora trebuie:

- să transmiteți cunoștințe - să-i faceți pe tineri să gândească, să reflecteze asupra informațiilor;
- să formați/dezvoltați deprinderi - să creați oportunități, situații în care tinerii să aplice cunoștințele, informațiile acumulate;
- să formați/dezvoltați atitudini, valori pozitive (toleranță, empatie, respect, responsabilitate etc.).

Pregătiți materialele necesare pentru activitate

Pregătiți materiale și mijloace necesare fiecărui participant pentru ca să se implice și să participe eficient în cadrul activității.

II. DESFĂȘURAREA

Introducere

- **Salutul;**
- **Prezentarea temei și a obiectivelor activității;**
- **„Spargerea gheții”** se va face prin organizarea unui exercițiu scurt prin care inițiați participanții asupra subiectului activității;
- **Stabilirea așteptărilor** participanților referitor la tema pusă în discuție în cadrul activității;
- **Elaborarea regulamentului** se va face cu participarea tuturor membrilor grupului. Fiecare regulă trebuie să reprezinte un comportament, care fiind respectat va crea atmosfera sigură și confortabilă pentru implicarea tuturor participanților.

De exemplu - Membrii grupului

- vor** fi respectuoși, exprimându-și opinia pe rând și ascultându-se reciproc,
- vor** fi activi, propunând idei și implicându-se în realizarea sarcinilor de grup,
- vor** fi uniți acceptând persoanele și ideile acestora,
- vor** critica ideile fără a învinui și judeca persoanele etc.

Realizarea obiectivelor

Realizarea obiectivelor se va face prin intermediul tehnicilor selectate. Indiferent dacă organizați o minilecție, o simplă oră de dirigenție, un concurs, o discotecă sau o întâlnire neformală va trebui să respectați principiul echilibrului celor trei componente ale instruirii: participanții vor obține informații, vor exersa deprinderi și își vor forma atitudini.

Reflecții și evaluare

Evaluarea activității se va realiza prin folosirea tehnicilor interactive. În funcție de tipul activității veți selecta și metodele de evaluare: chestionarea, discuția, eseul etc. (cap. 2.3).

III. EVALUAREA FINALĂ A ACTIVITĂȚII

Realizați evaluarea finală selectând tehnici adecvate și implicând în acest proces și pe ce care v-au ajutat să planificați și să desfășurați activitatea (invitați, educatori de la egal la egal, alți profesori etc.)

3

Componentele
educației
pentru
formarea
deprinderilor
de viață

3. Componentele educației pentru formarea deprinderilor de viață

Copiii și tinerii de astăzi sunt încurajați să devină agenți ai schimbării proprii lor vieți. Intervenind asupra celor patru domenii de dezvoltare **personală, interpersonală, socială și de sănătate**, educația pentru formarea deprinderilor de viață facilitează implicarea și participarea copiilor și tinerilor la formarea propriei lor personalități, la luarea deciziilor vizavi de problemele ce-i afectează, la adoptarea unor comportamente responsabile de prevenire și de depășire a riscurilor care le pot influența sănătatea fizică, psihică și socială.

3.1 Dezvoltarea personală

Dezvoltarea personală este un proces continuu de învățare, perfecționare și valorizare de către persoane în relațiile cu alte persoane și cu societatea.

Este un proces prin care copiii și tinerii sunt ajutați:

- să identifice domeniile pentru creșterea personală și să caute oportunități pentru dezvoltarea capacităților sale
- să conștientizeze și să valorifice aspectele personale pozitive
- să reflecteze asupra experiențelor trăite și să conștientizeze alegerile pentru acțiunile viitoare.

Activitățile din acest capitol se adresează tuturor celor care vor să realizeze o **schimbare pozitivă** în viața copiilor și a tinerilor cu care lucrează, luând în considerare necesitățile și interesele lor. Astfel vor contribui la îmbunătățirea performanțelor, la creșterea eficienței și a motivației, la identificarea și alegerea oportunităților de dezvoltare a tinerilor.

Conținuturile acestui capitol vor ghida procesul de explorare și de descoperire personală, care își va găsi finalitatea în dezvoltarea unei viziuni clare, autentice asupra propriei persoane și a relațiilor cu ceilalți și în definirea unei misiuni care să reflecte unicitatea.

Copiii și tinerii vor fi apți să pună în valoare propriul potențial, să se respecte pe sine și pe alții, să fie orientați spre perfecționare, să fie gata să facă schimbări în propriul comportament. Vor fi capabili să exprime și să accepte emoțiile, sentimentele personale precum și ale altor persoane, să fie asertivi, să analizeze probleme de natură personală, socială, să gândească critic și creativ în rezolvarea lor.

Deprinderile mele

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice deprinderile personale
- să stimuleze dezvoltarea propriilor deprinderi
- să aprecieze deprinderile altor persoane

Durata

120 minute

Materiale

hârtie, pixuri, copia fișei practice pentru fiecare participant

Concepte

deprinderi.

Desfășurare

1. Împărțiți fiecărui participant fișa practică. Cereți participanților să clasifice deprinderile în: deprinderi pe care consideră că le au formate și deprinderi care ar dori să le dezvolte în continuare. În fișa practică sunt boxe libere ce pot fi completate cu deprinderi care n-au fost înscrise. Asigurați-vă că toți au înțeles instrucțiunile.

2. Propuneți participanților să selecteze din numărul de deprinderi pe care ar dori să le dezvolte doar una, pe care o cred pentru moment foarte importantă pentru ei.

3. Toate aceste deprinderi se înregistrează pe o coală de hârtie și acei care au dorințe comune se grupează și încearcă împreună să găsească care este importanța dezvoltării acestei deprinderi (**Această deprindere este importantă fiindcă...**).

4. După prezentarea acestor motive, participanții încearcă în grupuri să identifice care dintre deprinderile pe care le au pot fi utile pentru dezvoltarea acesteia.

Evaluare

- Comparați cele două grupuri de deprinderi.
- Pentru ce aveți nevoie și de alte deprinderi?
- Dacă ați avea mai multe deprinderi, ce ați putea schimba în viața voastră?

FIȘĂ PRACTICĂ

Mă implic în rezolvarea problemelor		Pot să urmez instrucțiunile
Lucrez în echipă	Pot avea grijă de diferite persoane	Mă descurc cu bugetul
Când am probleme, cer ajutor de la apropiați		Pot lucra individual
Îmi pot imagina cum vor arăta lucrurile când vor fi gata	Pot folosi utilaje electrice	Pot analiza unele persoane
Pot desena unele obiecte	Pot să scriu foarte bine	Pot soluționa conflicte
Pot folosi unelte manuale	Pot lucra la computer	Îmi pot planifica timpul
Pot duce lucrul până la bun sfârșit	Pot fi un bun organizator	Pot să administrez banii

Pot găti pentru mai multe persoane	Pot face să se simtă bine	
Pot potrivi culorile	Pot fi un bun lider	Pot observa detaliile
Găesc și citesc repede informația	Pot lucra în echipă	Pot să mă descurc cu rutina
	Pot învăța pe alții să fac anumite lucruri	Repar ușor lucrurile
Mă interesează cum funcționează unele lucruri		Sunt bun la estimări
Pot aplica toate regulile	Rămân calm când sunt sub presiune	Sunt un bun vânzător
Pot face orice		Pot asculta atent persoanele
Pot afla orice informație	Pot influența unele persoane	Pot să comunic cu ceilalți

Pot conduce orice vehicol	Pot supraveghea pe oricine	Pot susține și să ajut persoanele
	Pot utiliza resursele în mod economic	
Am o gândire creativă	Pot lucra cu adulții	Pot învăța mai multe limbi străine
Îmi pot asuma responsabilitatea	Pot lua decizii	Pot lucra cu ideile
	Reușesc la școală și mă implic și în activități extrașcolare	Selectez informația

Cum sunt eu?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să elaboreze o listă a posibilităților personale cu ajutorul "liniei timpului"
- să cunoască opiniile altora despre propria persoană
- să se cunoască reciproc

Durata

30-35 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Concepte

"linie a timpului"

Desfășurare

1. Repartizați fiecărui participant câte o foaie și rugați-i să o împartă în patru părți. În prima parte a foii vor da 5 răspunsuri la întrebarea „Cum sunt eu?”
2. În a doua parte - 5 răspunsuri la întrebarea: „Cum mă văd persoanele apropiate, dragi?”.
3. În a treia parte fiecare participant va înregistra răspunsurile la întrebarea: „Cum cred eu că mă consideră colegul din dreapta?”.
4. Participanții vor înregistra răspunsurile cât se poate de repede (5 minute). Apoi vor transmite foaia vecinului din dreapta, care va înregistra 5 calități care corespund participantului din stânga. După aceasta facilitatorul va aduna toate foile. Un voluntar va citi calitățile enumerate de către vecini, iar ceilalți vor ghici cine este această persoană.
5. Apoi se va constata dacă grupul este de acord cu acest portret. Participanții vor primi foile cu răspunsuri pentru ca să le compare, să analizeze calitățile pe care le-au dat ei cu cele primite de colegi.

Variantă posibilă: propuneți participanților să pregătească o listă în care să includă posibilitățile personale din prezent, trecut și viitor în formă de "linie a timpului" (ar putea să afișeze alături de "linia timpului" și portretele lor).

Evaluare

- Ce ați reușit să aflați nou despre voi și despre colegii voștri prin intermediul acestei activități?
- Ce a fost mai dificil, să te caracterizezi pe tine sau pe colegii tăi? De ce?
- Prin ce se deosebește portretul elaborat de voi, de cel al colegilor?

Pălăriile

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să recunoască rolurile pe care le poate îndeplini fiecare persoană din grup
- să compare rolurile personale cu cele oferite de colegi

Durata

25-30 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane, panglici

Sugestii pentru facilitator

Această activitate ar trebui să se desfășoare într-un grup cu participanți care se cunosc bine între ei. Pălăriile personale în timpul sărbătorii pot fi dăruite.

Desfășurare

1. Organizați grupul în formă de cerc.
2. Fiecare participant va confecționa sau va desena o pălărie pentru colegul său.
3. Pălăriile trebuie să fie colorate în așa fel încât să reprezinte persoana pentru care a fost confecționată (de exemplu, o pălărie de culoarea cerului ar fi pentru o persoană agreabilă cu toți cei din jurul său, o pălărie de bucătar - pentru o persoană care adună toate lucrurile mici și le transformă într-un lucru mare etc.).
4. Când pălăriile au fost confecționate, inițiați o sărbătoare în care fiecare are ocazia să își prezinte propria pălărie și să explice de ce a confecționat o astfel de pălărie.

Evaluare

- Cum te-ai hotărât ce fel de pălărie să confecționezi pentru colegul tău?
- Ce părere ai despre pălăria care a fost creată pentru tine?
- Ce fel de pălării ai vrea să mai porți?
- Ai pălării pe care ai vrea să le schimbi?
- Dacă da, care sunt și de ce vrei să le schimbi?
- Cu care pălării te mândrești cel mai mult?
- Dacă ai fi avut posibilitatea să confecționezi o pălărie pentru tine, cum ar fi arătat ea?

Privind spre viitor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să reflecteze asupra caracteristicilor personale, recunoscându-și puterile și abilitățile lor

Durata

25-30 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane

Concepte

personalitate

Desfășurare

1. Spuneți participanților să formeze perechi și oferiți-le timp să-și împărtășească visurile cu partenerul. Încurajați copiii să vorbească despre speranțe, griji etc.
2. Rugați participanții să deseneze sau să scrie pe o foaie pregătită 4 dorințe de viitor, folosind următoarele 4 categorii pentru a reprezenta:
 - schimbări ale fizicului (înfățișare),
 - schimbări de personalitate (caracter, comportament),
 - statut, rol social (profesie, poziție în societate),
 - schimbări în stilul de viață.
3. Rugați participanții să stabilească schimbările pentru o anumită perioadă în dependență de vârsta membrilor grupului.
4. Oferiți participanților timp pentru a-și exprima schimbările de viitor. Sugerați celorlalți membri ai grupului să accepte dorințele de viitor ale colegilor, înlăturând comentariile discriminatorii.

Evaluare

- Care schimbări le găsești mai importante și de ce?
- Ce cauți să schimbi cel mai mult în stilul de viață?
- Ce te îngrijorează cel mai mult privind viitorul?
- Ce poți face tu pentru ameliorarea îngrijorărilor tale?
- Cine te va ajuta? Unde în altă parte ai putea să găsești ajutor?

Schimbările din viața noastră

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice schimbările din viața lor
- să clasifice schimbările conform celor trei tipuri: inevitabile, bruște, planificate

Durata

60 minute

Materiale

foi, pixuri sau creioane, lipici

Desfășurare

1. Distribuți fiecărui participant foi de desen și creioane colorate. Timp de 10 min. fiecare va desena pe foaie "linia vieții". Pe această linie vor arăta la ce vârstă și ce eveniment le-a marcat oarecum viața.

2. Fiecare participant va prezenta desenul și-l va fixa pe tablă. După ce prezintă toți, discutați cu tinerii:

- Ce este schimbarea? Dați exemple.

Informații utile pentru facilitator

Cereți grupului de participanți să examineze exemplele de schimbări și să le compare cu schimbările enumerate de fiecare dintre ei în desenele prezentate mai devreme. Ajutați-i să identifice aceste trei tipuri de schimbări:

- *Schimbări progresive, inevitabile* – schimbări care nu pot fi evitate, împiedicate: înaintarea în vârstă, trecerea anilor etc.
- *Schimbări care apar brusc (personale sau sociale)* – schimbări care se produc repede, pe neașteptate, influențate de ceva sau cineva: câștigul la loto, îndrăgostirea, un război sau moartea etc.
- *Schimbări planificate* – transformări prevăzute din timp, planificate de noi înșine: stoparea consumului de droguri, de țigări, absolvirea cursurilor de pregătire într-un anumit domeniu etc.

3. Distribuți împreună cu participanții schimbările identificate de ei în următorul tabel. Rubricile tabelului pot fi completate și cu alte exemple.

Schimbare progresivă, inevitabilă	Schimbare bruscă	Schimbare planificată

Evaluare

- De ce este important să observăm care sunt schimbările din viața noastră?
- De ce, de către cine și cum sunt influențate anumite schimbări din viața noastră?
- Analizați dacă schimbările cu care vă confrunțați sunt provocate și de voi înșivă? Cum? De ce?
- Marea majoritate a schimbărilor din viața voastră sunt pozitive sau negative? Dar schimbările din viața colegilor, ale apropiaților, prietenilor voștri?
- Este normal ca în viețile noastre să se producă schimbări? De ce?

Sunt o persoană specială

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să se vadă ei înșiși unici și speciali
- să compare caracteristicile personale cu cele ale grupului
- să-și dezvolte deprinderea de a-și argumenta și susține punctul de vedere

Durata

25-30 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane, fișa practică

Desfășurare

1. Distribuiți fișe de hârtie fiecărui participant. Timp de 5 minute ei vor scrie trei enunțuri de ce se consideră persoane speciale („Sunt o persoană specială deoarece...”).
2. După ce fiecare membru al grupului a înregistrat calitățile specifice persoanei sale, fișele sunt adunate într-un coșuleț.
3. Împărțiți grupul în 3 echipe și repartizați în mod egal fiecărei echipe fișele completate.
4. Explicați echipelor că au rolul de a examina aceste calități. Rugați participanții să vorbească despre utilizarea lor atât în viața socială, cât și în cea personală folosind următoarele întrebări:
 - Unde puteți utiliza aceste comportamente, trăsături speciale?
 - Când puteți utiliza aceste comportamente, trăsături speciale?
 - Pentru ce puteți utiliza aceste comportamente, trăsături speciale?

Informații utile pentru facilitator

Pentru participanții de vârstă mai mică limitați numărul de argumente. Aceștea pot desena sau modela comportamentele, trăsăturile pentru care sunt persoane speciale.

Această activitate contribuie la sporirea nivelului aprecierii personale a participanților.

Evaluare

- Cum v-ați simțit pe parcursul activității?
- A fost dificil/ușor să completați fișele? Argumentați.
- Prin ce sunteți speciali voi față de ceilalți membri ai grupului?
- Cum putem deveni speciali?
- Cum credeți, e necesar să fim speciali? Argumentați.

Lucruri vorbitoare

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze propria individualitate
- să fie empatici față de lucrurile înconjurătoare

Durata

25-30 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane

Concepte

individualitate.

Desfășurare

1. Înainte de a începe activitatea creați un mediu favorabil pentru implicarea și participarea tuturor membrilor grupului.
2. Inițiați următoarea discuție: „Să încercăm să ne imaginăm că obiectele, lucrurile care ne înconjoară ar putea vorbi. Ce s-ar putea întâmpla? Cum, credeți, ce ar vrea ele să ne comunice? De exemplu, televizorul ar vrea să ne spună: „Conectează-mă și eu am să te ajut să depășești plictiseala”, mingea de fotbal este pregătită să completeze ideea: „Hai să ne jucăm împreună, tu când alergi după mine te simți mult mai bine”, sau bicicleta: „Urcă, eu am să te ajut să ajungi la prietenul tău” ușa spune: „Deschide-mă și ai să vezi atâtea lucruri interesante!”. Cum credeți, ce ar putea ele să spună despre fiecare din noi?”
3. Puteți să elaborați o listă de lucruri, obiecte sau să afișați următoarea listă: periuță pentru dinți, mașină, palton, cizme, pieptene, oglindă, farfurie, carte, bicicletă, radio, masă, lampă, săpun, minge etc.
4. Din următoarea listă alegeți 3 lucruri, obiecte care credeți că ar putea să vorbească despre voi.
5. Timp de 20 minute participanții desenează aceste lucruri și înregistrează în dreptul fiecăruia mesajul pe care l-ar putea spune despre ei aceste lucruri, obiecte. Amintiți participanților că ei înregistrează doar părerea lucrurilor despre ei, ar fi bine să se identifice cu aceste obiecte.
6. După această etapă se pot forma grupuri mai mici în cadrul cărora se prezintă „lucrurile vorbitoare”. Participanții din cadrul grupurilor cu ajutorul mesajelor „lucrurilor vorbitoare” ar putea să compună o poveste, un film.

Evaluare

- Care obiecte le-ai selectat să vorbească despre tine?
- Ce ți-a plăcut cel mai mult din ceea ce au spus obiectele despre tine?
- Ce nu ți-a plăcut din ceea ce au spus obiectele despre tine?
- Care mesaj ți-a părut mai interesant?
- Care mesaj ți-a părut real?

Să te simți valoros

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să enumere lucrurile care îi fac să se simtă bine
- să argumenteze rolul respectului față de sine
- să stabilească un plan de acțiuni care i-ar face să se simtă valoroși

Durata

60 minute

Materiale

copii ale fișelor practice nr. 1 și nr. 2, pixuri

Concepte

respectul față de sine

Informații utile pentru facilitator

Pentru a spori respectul de sine al tinerilor este foarte important ca ei să se simtă valoroși atât pentru persoanele la care țin, cât și pentru ei înșiși. Lipsa respectului de sine poate duce la frustrare și la comportament agresiv.

Această activitate poate servi ca introducere la formarea respectului față de sine.

Desfășurare

1. Începeți activitatea prin realizarea unui asalt de idei despre respectul de sine. Împărțiți fișe practice și pixuri fiecărui participant. Dacă credeți că tinerii vor întâmpina dificultăți la citirea și completarea acestor fișe, citiți cu voce tare fișa practică și examinați împreună toate neclaritățile.

2. Oferiți suport tinerilor în timp ce completează fișele practice. Dacă susțin că nu se pot gândi la ceva care ar putea scrie, sugerați-le să se gândească la ultima dată când cineva i-a făcut să se simtă fericiți sau iubiți. Apoi puteți pune unele întrebări scurte pentru a-i stimula să se gândească la acest lucru.

Evaluare

■ Odată ce au completat fișa practică, revedeți împreună ce au scris. Cereți-le să reflecte individual asupra lucrurilor pe care le-au scris. De exemplu, tinerii pot scrie că se simt valoroși când îi laudă profesorul, părinții, prietenii etc.

■ Stabiliți un plan de acțiune împreună pentru a atinge aceste scopuri. Revedeți unele acorduri stabilite pentru a atinge unele rezultate și dacă este nevoie stabiliți alte scopuri.

FIȘA PRACTICĂ nr. 1

Acesta sunt eu...	Ultima dată când m-am simțit valoros a fost...
	M-am simțit...

Persoanele care mă fac să am o părere bună despre mine însumi sunt...

pentru că ...

Eu le arăt că sunt fericit prin...

FIȘA PRACTICĂ nr. 2

Lucrurile care mă fac să am atitudine pozitivă față de mine însumi sunt:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Lucrurile pe care le pot face pentru a obține aceste rezultate sunt:

1. _____
2. _____
3. _____
4. _____
5. _____

Lasă-te pe mâinile noastre

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să exerseze deprinderea de a conduce și de a fi condus
- să identifice avantajele și dezavantajele de a avea încredere în cineva

Durata

în dependență de numărul participanților

Materiale

un fular pentru a lega ochii

Sugestii pentru facilitator

Este bine ca această activitate să fie efectuată cu un grup mic de tineri cu care ați mai lucrat. Este potrivită pentru a începe o sesiune cu privire la relațiile pozitive de prietenie și de încredere. Scopul ei este de a permite participanților să simtă cum e să ai încredere în cineva și cum e să însuși încredere cuiva. Activitatea îi va încuraja să reflecteze asupra faptului cum acțiunile lor influențează acțiunile altora și invers.

Desfășurare

1. Explicați că activitatea are ca scop să încurajeze participanții să aibă încredere unul în altul și să-și asume responsabilitatea pentru propriile acțiuni și pentru siguranța celorlalți. Spuneți că dacă cineva se simte incomod, trebuie să anunțe, și în orice moment al activității grupul se va opri.
2. Alegeți un voluntar, legați-l la ochi. Asigurați-vă că nu vede nimic.
3. Conduceți persoana cu ochii legați pe un traseu pregătit din timp. Alegeți un alt membru al grupului să conducă voluntarul. Explicați grupului de participanți că rolul lor este să susțină persoana cu ochii legați. Sarcina facilitatorului este de a înlesni negocierile tinerilor cu privire la traseul pe care l-au ales. Apoi inversați procesul.
4. Totodată, puteți cere grupului să lucreze în perechi asupra exercițiului, fiecare, pe rând, să conducă, apoi să fie condus.

Evaluare

- Cum v-ați simțit să depindeți de cineva?
- Ce a fost mai bine: să fiți conduși sau să conduceți?
- Ar fi fost diferit dacă ați fi putut să vă alegeți partenerul?
- Cum v-ați fi simțit dacă partenerii vă dădeau informații greșite?
- Discuția poate dura atât, cât considerați de cuviință.

Sărbătoarea încrederii

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze percepțiile altora despre propria persoană
- să stimuleze încrederea în alte persoane și în propria persoană

Durata

45 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane

Concepte

încredere

Desfășurare

1. Împărțiți participanții în grupuri a câte trei persoane. În fiecare grup se alege câte o persoană care trebuie să meargă la "Sărbătoarea comunității". Aceasta se așează în fața celorlalți doi colegi.
2. Facilitatorul anunță că persoana aleasă trebuie să îmbrace haine care i-ar caracteriza stilul vestimentar preferat.
3. Repartizați fiecărui participant câte o foaie și creioane. Toți vor avea misiunea să deseneze pe foi un manechin îmbrăcat în haine pe care le-ar recomanda să le îmbrace cel care va merge la sărbătoare. Fiecare lucrează individual, fără a se consulta cu colegii.
4. Când toți au terminat de desenat, fiecare grup va prezenta pe rând unul altuia ceea ce au realizat.

Sugestii pentru facilitator

Propuneți persoanei care va pleca la sărbătoare să aleagă hainele pe care i le-a desenat unul dintre cei doi colegi. În cazul în care nu are încredere în nici una dintre persoane, va spune că preferă să meargă la sărbătoare îmbrăcat în hainele pe care și le-a creat el însuși. Aici se vor iniția discuții de ce are sau nu are încredere în opinia cuiva sau cât de încrezut este în propria alegere.

Ar putea fi aleasă încă o dată persoana care va merge la sărbătoare și să se repete aceeași procedură.

Evaluare

- Credeți că stilul vestimentar caracterizează personalitatea? Cum?
- Cum vi s-a părut hainele pregătite de colegii voștri?
- După ce criterii v-ați condus atunci când ați ales vestimentația pentru colegul vostru?
- De ce există diferențe între desene? Cum trebuie să reacționăm la faptul că alții ne văd altfel decât ne vedem noi înșine?

Viața mea

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice momentele importante din viața lor
- să cunoască principalele elemente necesare pentru elaborarea unui Curriculum Vitae

Durata

30 minute

Materiale

foi, pixuri sau creioane, lipici.

Desfășurare

1. Împărțiți fiecărui participant câte o foaie de desen și un pix sau creioane colorate.
2. Spuneți-le să deseneze pe foaie timp de 10 minute, în ordine cronologică, tot ceea ce este legat de viața lor: nașterea, copilăria, studiile, cercurile pe interese, călătoriile, participările la tabere, seminare, concerte, ocupații preferate.
3. Afișați desenele pe un panou și dați posibilitate participanților, care doresc, să vorbească despre ele.

Evaluare

- Care momente din viața ta le-ai desenat? De ce?
- Seamănă desenul tău sau momentele desenate de tine cu desenele / momentele desenate de colegii tăi?
- Care momente desenate din viața ta sau pe care n-ai reușit să le desenezi crezi că-ți vor fi necesare, te vor ajuta sau sunt legate de viitorul tău? Cum?
- Consideri că este important să cunoască cineva anumite lucruri despre tine, despre viața ta? De ce?
- Ce consideri că ai desenat pe foaie? Cu ce se aseamănă desenele voastre?
- Dacă participanților le vine greu să răspundă, ajutați-i să ajungă la ideea că ceea ce au desenat ar semăna cu o autobiografie, fișă biografică sau Curriculum Vitae.

Cum elaborăm și redactăm un Curriculum Vitae (CV)

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să elaboreze și să redacteze un model de CV

Durata

60 minute

Materiale

foi, pixuri sau creioane, fișa practică multiplicată pentru fiecare participant

Desfășurare

1. Împărțiți fiecărui participant câte o foaie și un pix. Timp de 10 min. participanții vor scrie componentele ce se pot conține într-un Curriculum Vitae (autobiografie, fișă biografică).
2. Având ca suport sugestiile participanților, realizați o listă comună a componentelor unui CV.
3. Împărțiți participanții în grupuri a câte 5-6 persoane, timp de 10 min. Ei vor clasifica componentele unui CV în câteva capitole.
4. Fiecare grup prezintă ceea ce a realizat. Oferiți feed-back asupra lucrului realizat și vorbiți-le despre structura, etapele elaborării și redactării unui CV.
5. Aceleași grupuri de lucru, timp de 10 min., vor trebui să alcătuiască un model de CV, pe care va trebui să-l completeze fiecare membru al grupului.
6. Afișați modelele de CV elaborate în grupurile mici, astfel ca să poată fi studiate de către toți participanții. Discutați cu ei despre asemănările și deosebirile dintre CV-urile elaborate de fiecare grup. Cereți participanților să argumenteze de ce anume așa au elaborat modelul de CV.
7. La sfârșitul discuției distribuiți tinerilor fișa model de CV și rezervați timp ca să o studieze, să o compare cu CV pe care l-au realizat în grupurile mici. Spuneți participanților să completeze modelul de CV.

Evaluare

- Se deosebește mult CV-ul elaborat de către voi de CV-ul model?
- A fost greu să stabiliți care pot fi componentele unui CV? De ce?
- Care rubrică a CV-ului o considerați foarte importantă? De ce?
- La care rubrică v-a fost greu să completați? De ce?
- Ce greșeli ați comis la elaborarea CV-ului?
- Credeți că aveți nevoie de cunoștințele acestea? De ce?
- Cum credeți că o să vă ajute personal faptul că cunoașteți să elaborați, să scrieți, să completați un CV?

Informații utile pentru facilitator**Curriculum Vitae (CV) - informație generală**

Definiție – CV-ul este fișa biografică întocmită în mod arbitrar de către persoana care dorește să se angajeze în câmpul muncii. De asemenea **Curriculum Vitae** reprezintă documentul care reflectă pregătirea și experiența profesională și dezvăluie personalitatea fiecăruia. Scopul principal urmărit de persoana care a întocmit CV-ul este să trezească interesul persoanei care oferă loc de muncă sau care ia decizia de angajare. Acesta este un fel de mesaj și, ca toate mesajele, trebuie să atragă atenția. Pentru a-și atinge scopul, CV-ul trebuie să fie clar, simplu, obiectiv:

Clar – evitați abundența de date, de fapte, de exemple excesive. Concizia și claritatea sunt două atuuri importante ale CV-ului.

Simplu – foarte rar originalitatea este apreciată, poate doar în anumite sectoare / domenii specifice.

Obiectiv – fără informații false, fără laude, fără exagerări.

Pentru a realiza un CV eficient trebuie parcurse mai multe etape:

1. Adunați toate informațiile necesare.
2. Faceți astfel încât experiența și abilitățile voastre să corespundă cerințelor celui care face angajări.
3. Subliniați detaliile care vă favorizează.
4. Organizați CV-ul într-un mod eficient.
5. Alegeți cu grijă cuvintele pe care le folosiți.
6. Cereți cunoscuților să citească CV-ul pe care l-ați alcătuit și să-l comenteze.
7. Faceți produsul final prezentabil.
8. Evaluați propriul vostru CV.

FIȘĂ PRACTICĂ

Model de CV

Informație personală

Nume _____

Prenume _____

Data și locul nașterii _____

Domiciliul actual _____

Număr de telefon la care poți fi contactat _____

Starea civilă (*subliniază*) căsătorit (ă) necăsătorit(ă)

Copii _____

Obiectiv profesional (*ce dorești să faci*) _____**Studii** generale și profesionale (*în ordine invers cronologică*):

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Participări la seminare, training-uri, tabere, școli de vară, cercuri pe interese*(în ordine invers cronologică)*:

1. _____

2. _____

3. _____

Experiență profesională:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Succese și reușite:

1. _____

2. _____

3. _____

Competențe (cele mai importante calități profesionale: limbi vorbite, abilități de lucru le computer, abilități de comunicare...):

1. _____

2. _____

3. _____

Hobby/ocupații preferate:

1. _____

2. _____

Managementul banilor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și organizeze și să-și administreze corect propriile venituri și cheltuieli pe un interval de timp cât mai lung

Durata

60 minute

Materiale

coli de hârtie, creioane, carioca, fișa practică pentru fiecare participant

Concepte

managementul banilor

Desfășurare

1. Împărțiți în grupuri mici a câte 5-6 persoane, participanții vor primi materiale (câte o coală de hârtie și creioane sau carioca) și timp de 5 min. se vor gândi și vor desena pe o jumătate de foaie **Cum le place să cheltuiască banii?**
2. Pe cealaltă jumătate de foaie vor desena **Cum ar trebui să cheltuiască banii?**
3. Dați posibilitate grupurilor să prezinte desenele și să vorbească despre conținutul acestora. Apoi discutați cu participanții:
 - Care sunt momentele pozitive și cele negative în procesul de cheltuire a banilor de către tineri?
 - De ce uneori se cheltuie banii pe lucruri de nimic?
 - Credeți că ați putea să vă lipsiți de unele lucruri?
 - Ce cheltuieli trebuie mai întâi să acoperim dacă avem o oarecare sumă de bani?
4. Distribuiți fiecărui participant fișa practică și acordați timp pentru completarea lor.

Evaluare

- Sunt reale afirmațiile din fișa pe care ați completat-o?
- De ce oamenii ar trebui să învețe cum să-și cheltuiască banii corect? Argumentați.
- Ce ar însemna să înveți să-ți cheltui banii?
- Este riscant să nu știi să cheltuiți eficient banii? De ce?

FIȘĂ PRACTICĂ

Managementul banilor

Citește atent afirmațiile de mai jos și bifează colonița care ți se potrivește.

	Da	Nu
Îmi fac un buget săptămânal și mă conduc strict de acesta.		
Banii mei dispar, deși intenționez să fiu foarte grijuliu.		
Deseori eu am datorii.		
Îmi cheltuiesc banii și sunt nevoit să mă lipsesc de unele lucruri.		
Eu știu cum să împrumut bani cu o rată mică.		
Știu cât cheltuiesc lunar pentru telefon, curent electric etc.		
Am dat bani cu împrumut și nu mi s-au restituit.		
Cumpăr lucruri fără a mă gândi și apoi regret.		
Iau bani cu împrumut fără ca să mă gândesc că trebuie să-i restitui.		
Câteodată nu restitui datoriile.		
Știu foarte bine pe ce ar trebui să cheltui banii într-un an.		

Bugetul personal

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și alcătuiască zilnic, săptămânal, lunar bugetul personal

Durata

55 minute

Materiale

foi, tablă și cretă, pixuri pentru fiecare participant, carioca, fișele practice (nr. 1 și 2)

Concepte

buget personal

Desfășurare

1. Discutați cu participanții despre **Ce este un buget personal?** Înscrieți ideile pe tablă sau pe o foaie de hârtie.

2. Vorbiți tinerilor despre importanța elaborării bugetului personal. Având un buget personal, poți să-ți controlezi veniturile și cheltuielile. Bugetul trebuie adaptat la nevoile personale. Pentru a alcătui un buget personal trebuie să știm foarte clar care sunt necesitățile noastre zilnice și de câți bani avem nevoie pentru acestea.

3. Distribuți fiecărui participant fișa practică nr. 1 și acordați timp pentru completare, apoi discutați:

- Ați mai făcut acest lucru până acum?
- V-a fost greu să faceți lista necesităților voastre zilnice? De ce da/nu?
- Vă poate ajuta cumva ceea ce ați făcut mai devreme? Cum?

4. Împărțiți fiecărui participant fișa practică nr. 2 și spuneți-le să lucreze individual timp de 5 min.

5. După ce au completat tabelul din fișă, discutați cu participanții cum l-au completat, dacă au inclus ceva nou, sugerați să-l compare cu al colegilor. Spuneți-le să compare tabelul care l-au completat din fișa nr. 1 cu cel completat acum.

Întrebări pentru discuție:

- Ați fost realiști?
- Un asemenea plan vă poate ajuta să vă atingeți scopurile și să vă îndepliniți visurile?

FIȘA PRACTICĂ nr.1

Alcătuirea bugetului personal

Lista necesităților zilnice din ultima săptămână		Cheltuieli zilnice (costul în lei)
Luni	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Marți	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Miercuri	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Joi	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Vineri	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Sâmbătă	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	
Duminică	<ul style="list-style-type: none"> ▪ ▪ ▪ ▪ 	

FIȘA PRACTICĂ nr.2

Alcătuirea bugetului personal

Lucrați la o întreprindere din localitate și aveți un salariu de 400 lei. Cum îi cheltuiți?
Tabelul de mai jos sperăm să te ajute să-ți planifici un buget personal.

Veniturile lunare _____
săptămânale _____
la fiecare 2 săptămâni _____

Cheltuielile

Care sunt cheltuielile mele?	Zilnic	Săptămânal	Lunar
Transport			
Produse alimentare			
Chirie			
Servicii: telefon, apă, căldură, lumină etc.			
Spălat, călcat			
Haine			
Medicamente			
Produse igienice			
Economii			
Distracții			
Altele			
Total			

Acum comparați cele două liste. Ați fost realiști? Un asemenea plan vă poate ajuta să vă atingeți scopurile și să vă îndepliniți visurile?

Adevărat / fals

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice actele care se eliberează în diferite perioade ale vieții
- să stabilească importanța și utilitatea fiecărui act
- să exerseze deprinderea de a lua o decizie

Durata

30-35 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Concepte

buletin de identitate, certificat de naștere, pașaport

Desfășurare

1. Repartizați fiecărui participant fișa cu întrebări, pe care trebuie să noteze opinia privind afirmațiile scrise.
2. Între timp montați într-o parte a sălii un panou vizibil cu inscripția: ADEVĂRAT, iar în partea opusă - un panou cu inscripția FALS.
3. În mijlocul sălii se va pune panoul pe care scrie: „Nu mi-am format nici o opinie privitor la aceasta”.
4. Când toți au completat fișele, se stabilește dacă sunt enunțuri pe care tinerii ar dori să le discute în mod special.
5. După ce primul enunț a fost citit cu voce tare, participanții se vor îndrepta spre panoul corespunzător notițelor făcute în fișa cu întrebări. Acei care nu și-au format încă o opinie, se plasează în centrul sălii.
6. Grupurilor formate li se va acorda timp pentru a medita împreună asupra argumentelor care ar consolida atitudinea lor.

Evaluare

- Evaluarea se realizează în conformitate cu întrebările pe care le pun participanții.

FIȘĂ PRACTICĂ

1. Buletinul de identitate se eliberează la naștere.

Adevărat /Fals

2. Buletinul de identitate poate fi încredințat altei persoane.

Adevărat /Fals

3. Certificatul de naștere poate fi eliberat de primăria localității.

Adevărat /Fals

4. Până la vârsta de 16 ani copiii au certificatul de naștere ca unic act de identitate.

Adevărat /Fals

5. Pașaportul este un act internațional de călătorie.

Adevărat /Fals

6. În pașaport există o rubrică care precizează persoana de legătură în cazul în care ni s-a întâmplat ceva.

Adevărat /Fals

7. În buletinul de identitate este indicată grupa de sânge.

Adevărat /Fals

Soare și nori

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze diferența dintre speranțele pe care le au persoanele care pleacă peste hotare și realitatea cu care se confruntă ulterior
- să cunoască și să identifice riscurile la care se expun persoanele care pleacă ilegal la muncă peste hotare

Durata

60 minute

Materiale

coli de hârtie, carioca, fișa practică

Concepte

muncă ilegală, riscuri, alternative

Desfășurare

1. Desenați pe o coală mare un cerc înconjurat de raze, „soarele”, ca simbol al speranței spre mai bine a multor persoane care vor să muncească în străinătate.
2. Prin metoda asaltului de idei participanții vor trebui să listeze felurile de muncă bine plătite peste hotare. Înregistrați răspunsurile pe „discul solar”.
3. După 3 min. de lucru participanții vor identifica în același fel răspunsurile la întrebarea: „Ce locuri de muncă credeți că li se oferă în străinătate persoanelor plecate la muncă ilegală?” (încă 3 min.). Aceste răspunsuri le veți scrie pe „razele” cercului desenat.
4. Se observă și se discută diferențele dintre așteptările persoanelor la plecarea din țară și realitățile întâmpinate în străinătate.
5. Lângă „soare” desenați un „nourăș” și solicitați participanții să îl completeze, în mod similar, cu riscurile muncii ilegale peste hotare.
6. După realizarea sarcinii repartizați participanților copii ale fișei practice. Participanții vor compara riscurile identificate de grup cu cele consemnate în material.

Evaluare

- „Soarele” desenat chiar încălzește? De ce credeți da/nu?
- Ce-ar trebui să facă orice persoană înainte de a pleca la muncă peste hotare?
- Ce-ar trebui să cunoască orice persoană care dorește să plece peste hotare?

FIȘĂ PRACTICĂ**Consecințele posibile ale încadrării ilegale în muncă peste hotare:**

- amenda
- expulzarea
- munca dificilă la un salariu mic
- lipsa protecției judiciare peste hotare
- munca nenormată (uneori câte 18-20 de ore pe zi, alteori fără zile de odihnă)
- neacordarea concediilor medicale
- riscul de a nu fi plătit cu salariul promis
- lipsa asistenței medicale și a medicamentelor de strictă necesitate
- riscul de accidentare la locul de muncă și lipsa compensațiilor pentru accidente industriale
- atmosfera de teamă, violență, constrângere și umilință.

Chiar la sosirea legală în altă țară, există riscul de a te găsi într-o situație ilegală în următoarele cazuri:

- Persoana respectivă rămâne pentru mai mult timp în țară decât este prevăzut în contract.
- Posedând doar viza de tranzit, persoana rămâne în țara străină pentru a munci.
- Când se încadrează în muncă după ce a sosit cu viza de turist.
- Sosind în vizită sau la studii, se angajează la lucru fără autorizarea organelor competente din țara respectivă.
- Profitând de „transparența” granițelor, cu viza de turist pentru o anumită țară, pleacă să se angajeze în altă țară.

Consecințele traficului de ființe umane (TFU)

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice consecințele negative ale traficului de ființe umane asupra: victimei, familiei acesteia, anturajului (persoanelor apropiate), societății
- să compare intervenția pentru eliminarea cauzelor cu intervenția în vederea atenuării consecințelor, ca grad de importanță în stoparea fenomenului de trafic de ființe umane

Durata

60 minute

Materiale

coli de hârtie, carioca, decupaje din reviste și ziare, foarfece, lipici, hârtie colorată, fișe cu lipici

Desfășurare

1. Repartizați fiecărui participant câte o foaie și timp de 6-8 minute permiteți-le să scrie care sunt efectele traficului de ființe asupra:
 - victimei
 - familiei acesteia
 - persoanelor din anturajul victimei: prieteni, cunoscuți etc.
 - societății.
2. Propuneți tinerilor să formeze 4 grupuri și timp de 15 minute, cu materialele primite (carioca, coală mare de hârtie, foarfece, lipici reviste și ziare, hârtie colorată) și având ca suport fișele completate anterior să reprezente pe un colaj efectele traficului de ființe asupra: gr. I – victimei, gr. II – familiei victimei, gr. III – anturajului victimei, gr. IV - societății.
3. După expirarea timpului, se reunește grupul mare unde reprezentanții fiecărei echipe vor prezenta rezultatele activității efectuate.

Evaluare

- Dintre toate consecințele identificate, care credeți că sunt cele mai grave, cel mai greu de reparat?
- Pentru fiecare persoană traficată, câte persoane credeți că au de suferit? Dar de câștigat?
- Cine sunt de obicei persoanele din grupul de risc?
- Cum putem preveni efectele apărute în rezultatul traficului de ființe umane?

Variante posibile

Dacă timpul este limitat, discutarea consecințelor traficului de ființe umane se poate desfășura, optând pentru realizarea unei tehnici de lucru din cadrul activității:

1. Completarea fișei de lucru urmată de discuții.
2. Reprezentarea efectelor traficului de ființe pe colaje.

Discuția poate fi rezumată la un tabel (vedeți în pagina următoare) pe care membrii grupului, împărțiți în echipe de lucru, îl vor completa lipind în fiecare coloană fișe (de o anumită culoare – specifică fiecărei echipe) cu informațiile necesare.

Consecințele traficului de ființe umane (TFU)

Consecințele traficului de ființe asupra			
Victimei	Familiei	Anturajului	Societății

Informații utile pentru facilitator

Problema traficului de ființe umane are un șir de consecințe negative care afectează diferite persoane:

- creșterea numărului de copii orfani
- creșterea numărului de persoane infectate cu boli sexual transmisibile
- neîncrederea în funcționarea eficientă a sistemului juridic și de protecție
- lipsa de securitate privind respectarea drepturilor omului
- costurile ridicate legate de reintegrarea socială a victimelor traficului
- impactul psihologic negativ
- altele.

Pentru a atenua gravitatea problemei este importantă

- să fie identificate cauzele plecării persoanelor peste hotare
- să se întreprindă măsuri de informare și de educare a persoanelor din grupurile de risc
- să fie luate în considerare consecințele TFU. În acest sens sunt importante programele de reabilitare și de asistență pentru victimele TFU, precum și întreprinderea măsurilor privind încadrarea lor în societate și pe piața forței de muncă din țară.

Asumarea riscului

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice consecințele riscurilor asumate

Durata

60 minute

Materiale

fișe mici de hârtie, creioane sau carioca, fișa practică

Concepte

risc

Desfășurare

Este preferabil ca activitatea să fie desfășurată într-o sală spațioasă, inițial cu scaunele aranjate în formă de semicerc, apoi conform condițiilor descrise în activitate.

1. Elaborați cu participanții un regulament care ar contribui la crearea unei atmosfere agreabile și confortabile pentru desfășurarea activității.
2. Participanții se așează pe scaune, formând un cerc. Jocul este început de facilitator, rostind enunțuri asemănătoare cu acestea:

Să-și schimbe locul cei care și-au asumat riscul:

- să conducă mașina
- să meargă la școală cu temele nepregătite
- să mănânce foarte mult
- să comunice cu persoane necunoscute
- să destăinuie secretul unui coleg de clasă, prieten
- să cheltuiască bani pe lucruri de nimic
- să fumeze
- să facă sex neprotejat.

Puteți modifica sau continua lista, sau permiteți participanților să expună enunțuri legate de asumarea unor riscuri din experiența lor de viață.

3. Discutați cu membrii grupului despre risc, asumarea unor riscuri, consecințele asumării unor riscuri, riscul grav, riscul rezonabil, pași de depășire a unor riscuri.
4. Împărțiți participanții în grupuri mici a câte 4-6 persoane și cereți timp de 5 min. să înscrie pe fișe activități (comportamente) sexuale.
5. Sugerați grupurilor să aranjeze activitățile sexuale identificate pe o „linie a riscului” (fișa practică), în ordinea: de la risc minor spre risc major.
6. Permiteți participanților să ia cunoștință cu „liniile riscului” ale celorlalte grupuri și discutați cu ei despre consecințele riscului unor sau altor activități sexuale.

Informații utile pentru facilitator

Puteți discuta experiențe concrete din viață, de exemplu dacă-ți asumi riscul să faci sex neprotejat (activitate sexuală cu risc sporit), consecințele pot fi grave și aceasta presupune asumarea altor riscuri:

- **Riscuri fizice** – infectarea cu HIV și alte ITS, sarcină nedorită;
- **Riscuri emoționale** – de atașare, frică, învinovățire, încălcarea unor norme (standarde) morale etc.;
- **Riscuri financiare** – în cazul în care te-ai îmbolnăvit sau în caz de sarcină nedorită aceasta presupune cheltuieli suplimentare și uneori considerabile;
- **Riscuri sociale** – suportând consecințele sexului neprotejat, te poți confrunta și cu anumite riscuri sociale: excluderea socială, discriminarea, schimbarea statutului social, izolarea, neglijarea.

Evaluare

- Cum v-ați simțit?
- Ați învățat ceva nou participând la această activitate?

FIȘĂ PRACTICĂ

Risc major

Risc minor

Sentimente și emoții

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să recunoască și să-și exprime emoțiile și sentimentele personale.

Durata

50 minute

Materiale

fișe mici de hârtie pentru fiecare participant, coli de hârtie, lipici, poze cu chipuri tăiate din reviste, imagini din ziare care exprimă diferite emoții, casetofon și casetă cu melodii relaxante

Concepte

emoții, sentimente, exprimarea emoțiilor, managementul emoțiilor, empatie

Desfășurare

1. Discutați cu participanții despre starea lor emoțională la momentul începerii activității. Fiecare din ei va scrie emoția pe o fișă și o va pune într-o „cutie secretă” pregătită din timp. Realizați cu participanții un asalt de idei la noțiunea emoții. Înscrieți ideile pe tablă sau pe o coală mare de hârtie și păstrați-o.

2. Pregătite și aranjate din timp, imaginile cu chipuri care exprimă diferite emoții, dar fără să fie observate la începutul activității, le veți arăta participanților acum și-i veți întreba ce emoții observă pe chipurile afișate. Participanții le regăsesc în lista cu idei scrise mai devreme.

3. Mișcându-se prin sală și dansând după muzică, participanții se vor simți liberi și degajați. Când opriți muzica, strigați tare o emoție, un sentiment și participanții vor trebui să redea „statuia emoției”. Rugați-i să folosească nu doar mimica, dar și corpul. Selectați emoțiile și sentimentele din lista de idei propuse de participanți din fișe și din „cutia secretă”.

Evaluare

- Cum vă simțiți acum? Care sunt emoțiile voastre în acest moment? Sunt diferite de emoțiile trăite la începutul activității?
- Ce-ați învățat nou participând la această activitate?
- Este riscant să ne exprimăm sentimentele, emoțiile? De ce da/nu?

Galeria emoțiilor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze diversitatea emoțiilor și impactul lor asupra organismului uman
- să determine metodele eficiente de dirijare a emoțiilor

Durata

45-60 minute

Materiale

fișe mici de hârtie, creioane sau carioca, fișa practică

Concepte

emoție

Desfășurare

1. Realizați furtuna de idei la cuvântul „EMOȚIE”.
2. Inițiați o discuție privind necesitatea exprimării emoțiilor, stabiliți legătura dintre comunicare, limbajul gesturilor, tonalitatea, timbrul vocii în exprimarea emoțiilor.
3. Organizați un cerc cu ajutorul participanților. Rugați ca fiecare membru din cerc să spună fraza „O! MARIA!” exersând diverse emoții: ură, depresie, bucurie, satisfacție etc., utilizând atât limbajul corpului cât și tonalitatea vocii, expresia feții.
4. După ce fiecare participant a spus fraza de câteva ori, bucurați-vă împreună de atmosfera care s-a creat.
5. Rugați participanții să-și amintească emoțiile prezentate în timpul jocului și să înregistreze fiecare emoție pe o fișă aparte cu litere mari.
6. Când toți participanții au terminat de înregistrat emoțiile se organizează o „galerie a emoțiilor”.

Evaluare

La evaluare se va pune accentul pe diversitatea emoțiilor și impactul lor asupra stării sănătății, comportamentele care determină apariția lor și totodată modalitățile de dirijare, control al emoțiilor noastre.

Sugestii pentru facilitator

Pentru un grup mai mare ca vârstă, puteți să propuneți participanților să se gândească la modalitățile de control a emoțiilor în diverse situații. Pentru aceasta în părți diferite ale sălii de lucru afișați câteva întrebări de tipul:

- Cum reacționez când cineva mă înjosește?
- Ce fac atunci când sunt descurajat?

Oferiți timp ca participanții să reușească să înregistreze metodele lor de dirijare a emoțiilor care sunt valabile sau pe cele pe care le-au exersat ei.

Acceptați orice metodă!

Această variație este binevenită deoarece participanții au mai mult timp pentru a reflecta asupra problemei în cauză și se poate realiza și un schimb de idei.

Exemple de tehnici pe care le pot propune participanții:

- Număr până la zece,
- Plec în altă parte și mă reîntorc la situație mai târziu,
- Mă opresc, analizez care sunt cauzele care au produs această emoție,
- Mă gândesc la această situație din punctul de vedere al altei persoane,
- Meditez,
- Mă gândesc la ceva vesel,
- Încerc să rezolv situația cu calm,
- Etc.

Să facem și să primim complimente

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să formuleze, să adreseze și să primească adecvat complimente

Durata

30 minute

Materiale

foi, pixuri pentru fiecare participant, fișa practică

Concepte

complimentul

Desfășurare

1. Solicitați participanților să-și amintească momente din viața lor când cineva le-a adresat complimente. Întrebați-i ce au simțit atunci, cum au reacționat?
2. Fiecare participant va încerca să răspundă la întrebare, scriind pe o foaie răspunsul. Pentru aceasta acordați 3-4 min. Propuneți celor care doresc să prezinte ceea ce au scris.
3. Propuneți participanților să se gândească la momentele când au făcut complimente cuiva. Pentru ce? Cum a reacționat persoana căreia i s-a adresat complimentul?
4. În perechi, timp de 3-4 min., participanții își vor adresa reciproc complimente. Perechile care doresc pot să-și adreseze complimente ca să audă tot grupul. Urmăriți corectitudinea formulării complimentelor. După prezentări oferiți un feed-bak referitor la corectitudinea formulării, adresării și primirii complimentului.
5. Prezentați participanților fișa practică cu formulele de adresare-primire a unui compliment.

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Ați învățat ceva nou din această activitate? Cum o să vă ajute ceea ce ați învățat?
- Este necesar să adresăm și să primim complimente? De ce?

FIȘĂ PRACTICĂ

CUM SĂ FACEM COMPLIMENTE SINCERE

Apreciați pozitiv **comportamentul + aspectul exterior + obiectele personale**.

COMPORTAMENT	<i>Ești un sportiv excelent.</i>
ASPECT EXTERIOR	<i>Ai o tunsoare drăguță.</i>
OBIECTE PERSONALE	<i>Îmi plac pantofii tăi.</i>

Tehnica ce / de ce

CE ne place + **DE CE** ne place.

COMPORTAMENT	<i>Sunteți un profesor excelent, pentru că veniți în mijlocul nostru și arătați interes pentru fiecare în parte.</i>
ASPECT EXTERIOR	<i>Îmi place tunsoarea ta, pentru că îți luminează privirea.</i>
OBIECTE PERSONALE	<i>Îmi plac pantofii tăi, pentru că se potrivesc cu costumul.</i>

Pronunțarea numelui persoanei căreia îi adresați complimentul

COMPORTAMENT	<i>Domnule Ion, sunteți un profesor excelent, pentru că veniți în mijlocul nostru și arătați interes pentru fiecare în parte.</i>
ASPECT EXTERIOR	<i>Liliana, îmi place tunsoarea ta, pentru că îți luminează privirea.</i>
OBIECTE PERSONALE	<i>George, îmi plac pantofii tăi, pentru că se potrivesc cu costumul.</i>

CUM SĂ-I AJUTĂM PE CEILALȚI SĂ ACCEPTE COMPLIMENTELE NOASTRE SINCERE

Exemple de răspunsuri negative tipice

COMPORTAMENT	<i>Oh, îmi fac doar meseria.</i>
ASPECT EXTERIOR	<i>După mine, coaforul m-a tuns prea scurt – eu am fost coaforul.</i>
OBIECTE PERSONALE	<i>Îți plac pantofii aceștia vechi?</i>

Recomandări:

Complimentul trebuie să fie urmat de întrebări deschise:

COMPORTAMENT	<i>Sunteți un profesor excelent, pentru că veniți în mijlocul nostru și arătați interes pentru fiecare în parte. După părerea Dvs., care este cea mai frecventă greșeală pe care o facem?</i>
ASPECT EXTERIOR	<i>Liliana, îmi place tunsoarea ta, pentru că îți luminează privirea. Cum ai ales linia aceasta?</i>
OBIECTE PERSONALE	<i>George, îmi plac pantofii tăi, pentru că se potrivesc cu costumul. Ce te-a făcut să adopți moda aceasta?</i>

Oare este un compliment...

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să aplice diferite metode de comunicare și de exprimare a punctelor de vedere personale

Durata

40-45 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Concepte

compliment constructiv / distructiv

Sugestii pentru facilitator

Înainte de a începe această activitate discutați despre componentele unui compliment și modalitatea prin care putem răspunde la un compliment.

Desfășurare

1. Rugați participanții să formeze 3 grupuri.
2. Propuneți fiecărui grup câte o situație din fișa practică.
3. Explicați instrucțiunile pentru activitate.

Fiecare grup:

- Va examina situația din perspectiva cum sunt formulate atât complimentul, cât și răspunsul.
- Va determina cauzele unui astfel de răspuns la compliment.
- Va elabora o strategie prin care complimentele ar fi acceptate și vor demonstra aceasta prin intermediul unui joc pe roluri.

Evaluare

- Sunt reale aceste situații? Argumentați.
- Cum explicați comportamentul persoanelor față de complimente?
- Ce recomandări puteți oferi persoanelor în asemenea situații?
- Ce ați învățat în timpul activității?

FIȘĂ PRACTICĂ**Situația 1**

- Dan, mi-a plăcut piesa, deoarece ai pus atâta suflet când ai interpretat-o. Ai fost grozav în această seară.
- Hai, lasă-mă .., m-am făcut de râs. Am văzut cum făceau toți glume pe seama mea după aceasta.

Situația 2

- Irina, știi, ești îndrăzneță pentru că în ultimul tău articol ai abordat o temă foarte delicată „Relațiile sexuale între persoanele de același sex”.
- Despre aceasta poate vorbi oricine.

Situația 3

- Ion, ești un bun formator, deoarece pornești de la necesitățile grupului atunci când organizezi activități.
- Aceasta ai făcut și tu la rândul tău.

Oglinjoara

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să formuleze mesaje pozitive la adresa colegilor
- să compare mesajele adresate de colegi și să recunoască originile acestora

Durata

30-35 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Concepte

compliment constructiv / distructiv

Sugestii pentru facilitator

Pregătiți grupul înainte de a începe această activitate, rezultatele sunt mai transparente, sugestive atunci când există în grup un climat favorabil, dorința de a participa. Încurajați grupul să fie pozitiv în elaborarea mesajelor pentru colegi.

Nu impuneți pe nimeni, participarea trebuie să fie benevolă.

Dacă grupul este prea mare împărțiți participanții în grupuri mai mici atunci când elaborează mesaje pentru colegi.

Desfășurare

1. Dați fiecărui membru al grupului câte o foaie pe care să deseneze chenarul unei oglinzi, lăsând cel puțin 2,5 cm spațiu pe margini.
2. Fiecare întitulează coala de hârtie cu numele său și scrie în interiorul oglinzii cuvinte, convingeri, care să descrie modul, felul cum se percepe, cum se vede el, (de ex: Sunt o persoană veselă, optimistă, gălăgioasă etc.). Pentru ca participanții să identifice mai ușor caracteristicile personale, puneți în centrul sălii o cutie în interiorul căreia se află o oglindă. Rugați participanții să se uite în oglindă și ceea ce văd să reprezinte pe coala de hârtie.
3. Când sarcina va fi îndeplinită fiecare își va atârna oglinda după bunul plac la un loc vizibil.
4. Acordați suficient timp pentru ca fiecare membru din grup să scrie afirmații pozitive, și mesaje pentru colegi în spațiul alb din jurul oglinzii fiecărui coleg.
5. După ce toți și-au îndeplinit sarcinile, acordați timp pentru ca fiecare să citească comentariile individual.

Evaluare

- Cum vă simțiți după această activitate?
- Ce ați observat, citind mesajele, comentariile colegilor?
- Cum vă percep ceilalți colegi?
- Care sunt diferențele și asemănările între aprecierea, făcută de voi și cea dată de colegi?
- De ce este important să descoperim aspectele pozitive ale propriei personalități?

Pentru tine, dar de la cine?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să exerseze deprinderea de a face complimente sieși și altor persoane

Durata

35-45 minute

Materiale

câte un plic pentru fiecare persoană, hârtie, pixuri sau creioane

Concepte

complimentul

Desfășurare

1. Clarificați din start noțiunea de *compliment* prin intermediul unui asalt de idei.
2. Organizați grupul în formă de cerc.
3. Dați fiecărei persoane din grup câte un plic, pix sau creion și mai multe foi de hârtie.
4. Cereți fiecăruia să-și scrie numele pe plic și să-l dea colegului de lângă el.
5. Plicurile vor circula în cerc și fiecare din participanți va trebui să scrie pe câte o bucată de hârtie calitățile ce le admiră la persoana a cărei nume este indicat pe plic.
6. Activitatea continuă până când plicurile vor trece pe la toți participanții.
7. Atunci când plicurile s-au umplut, fiecare are posibilitatea să citească complimentele oferite de colegi.
8. Când activitatea s-a sfârșit, fiecare participant poate păstra plicul cu complimente ca să-și amintească de calitățile sale remarcate de colegi.

Evaluare

- Cum vă simțiți după ce ați citit complimentele adresate vouă?
- Ți se întâmplă deseori ca ceilalți să-ți facă complimente? Cum reacționezi?
- Este important să auzim complimente de la ceilalți?
- Crezi tot ce a fost spus /scris despre tine? De ce da sau de ce nu?
- Vei păstra acest plic ? De ce da sau de ce nu?

Înfruntând furia

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să reflecteze asupra modurilor în care au fost învățați să se confrunte cu furia și să afle alte moduri de depășire a acesteia

Durata

40 minute

Materiale

fișele practice (nr. 1 și nr. 2) pentru fiecare participant

Desfășurare

1. Efectuați un asalt de idei despre emoții. Rugați participanții să spună care din emoțiile de pe listă sunt exteriorizate în situații de conflict și rugați să le aranjeze după importanță. Vor fi diferite răspunsuri, dar, mai mult ca sigur, furia va fi printre ele.

2. Distribuți fișa practică nr.1. Încurajați participanții să se gândească la unele mesaje timpurii despre furie pe care le-au primit, atât verbal, cât și nonverbal. Cum au tratat furia: ca o simplă emoție, ca ceva de ce trebuie să fii mândru sau ca ceva de ce trebuie să-ți fie rușine? Faceți-i să lucreze singuri și să răspundă la întrebările din fișă.

3. După cinci sau zece minute rugați participanții să formeze perechi sau grupuri din trei persoane și să discute răspunsurile lor la întrebări.

Discutați cu toți participanții:

- Care au fost mesajele simple despre furie pe care le-ați primit?
- Aveți moduri de înfruntare a furiei pe care doriți să le schimbați? Care sunt ele? Cum ați putea să le schimbați?
- Ați aflat vreun mod nou sau util de a înfrunta furia?

4. Distribuți fișa practică nr.2 și discutați-o împreună cu grupul.

Informații utile pentru facilitator

Din toate emoțiile care pot să apară într-o situație de conflict, furia poate fi una de cele mai greu de stăpânit. Unii oameni își ascund furia, pe când alții și-o exprimă. Când au de a face cu furia altor persoane, unii oameni pot să cedeze, să negocieze, iar alții luptă cu agresivitate.

Uneori copiii sunt instruiți să-și stăpânească furia într-un mod specific, ca de exemplu:

- Când ești furios, ar trebui să-ți schimbi poziția (dacă stai în picioare, atunci așează-te etc.).
- Dacă simți că ești furios, numără până la zece înainte de a vorbi.
- Când te simți furios, schimbă-ți locul: du-te în altă cameră; dacă ești afară, intră în casă etc.

Modul de a înfrunta furia variază de la cultură la cultură. Alți factori, ca genul de exemplu, sunt de asemenea importanți – băieții și fetele sunt foarte des învățați să înfrunte în mod diferit furia.

Furia care nu a fost corect înfruntată poate fi cauza agravării conflictului. Nu contează cum am fost învățați să înfruntăm furia, pentru că noi putem învăța alte moduri, iar prin creșterea numărului de opțiuni avem mai multe șanse de a găsi o soluție într-o situație de conflict.

Pentru că furia este un sentiment negativ în conflicte, vom urmări modul în care am fost învățați s-o înfruntăm.

FIȘA PRACTICĂ nr. 1**PRIMELE MESAJE DESPRE FURIE**

Amintiți-vă de timpul când încă nu mergeați la școală și de adulții care erau importanți în viața voastră – părinți, bunici etc. Ce v-au învățat ei despre modul în care vă exprimați furia și cum să răspundeți la aceasta? (Poate că v-au povestit câte ceva despre furie sau v-au transmis unele mesaje nonverbale privind furia, sau, pur și simplu, au imitat cum furia ar trebui stăpânită de către o persoană).

Acum amintiți-vă de anii de școală. În această perioadă a vieții ați cunoscut alți adulți, profesori, lideri etc. care v-au învățat cum să înfrunțați furia. Care sunt unele din acele lecții?

Din aceste moduri de a stăpâni furia care din ele le mai folosiți și astăzi? Care din ele vă sunt folositoare? Care din ele ați dori să le schimbați sau să le excludeți?

FIȘA PRACTICĂ nr. 2

ÎNFRUNTAREA EMOȚIILOR NEGATIVE ALE CELOR DIN JUR

Dacă reacționăm la furia altora atacând sau retrăgându-ne, conflictul foarte des se agravează. Dacă, dimpotrivă, răspundem corespunzător, putem aduce emoțiile la un nivel care ar putea conduce la un rezultat constructiv.

Încercați următoarele:

■ Primește

Ascultă și nu spune nimic pentru moment.
Lasă cealaltă persoană să-și verse emoțiile.
Ascultă comunicarea ei.

■ Remarcă

Analizează-ți propria reacție.

■ Centralizează

Prelucrează informațiile. Respiră adânc.

■ Ascultă din nou

Întreabă-te ce excluzi din comunicare.
Separă sentimentele de conținut.
Lasă ceea ce este important și omite ceea ce nu prezintă nici o valoare.

■ Reflectează

Reflectează asupra ambelor aspecte: sentimente și conținut.
"Am înțeles corect, te simți... "
"Vrei să spui că...?"

■ Clarifică și explorează

Care sunt necesitățile și preocupările celeilalte persoane?
Încearcă să citești *printre rânduri*, adică să vezi care este adevăratul sens, adesea camuflat, al cuvintelor și expresiilor folosite.
Pune întrebări pentru a concentra discuția pe problemă și nu pe sentimentul de furie.

■ Repetă ciclul

Asigură-te că atât sentimentele, cât și faptele sunt corect înțelese.

■ Următorul pas

Apreciază necesitățile și preocupările.
Gândește-te la următorul pas, de exemplu elaborează opțiuni, ia o pauză etc.

Sunt furios!

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze diverse modalități de exprimare a furiei și să fie conștienți de impactul acesteia asupra altor persoane
- să elaboreze strategii de calmare pentru persoanele furioase

Durata

40-45 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane, fișa practică

Concepte

furie

Desfășurare

1. Organizați participanții în 3 grupuri. Oferiți-le materialele necesare pentru activitate.
2. Rugați grupurile să-și imagineze o persoană furioasă și să o reprezinte prin intermediul unui desen, evidențiind trăsăturile, comportamentele relevante. După ce au finisat lucrul, transmit desenul în cerc grupului din partea dreaptă.
3. Când fiecare grup a primit portretul unei persoane furioase, elaborează o listă a cauzelor, a factorilor care au produs furia. După 5 minute vor transmite desenul împreună cu lista prin rotație altui grup.
4. La această etapă grupurile analizând cauzele vor propune modalități de acțiune, strategii de calmare pentru persoana furioasă. După 5 minute transmit desenul împreună cu toate informațiile în cerc grupului care a creat portretul. Rolul acestui grup este să stabilească avantajele și dezavantajele strategiilor și să prezinte rezultatul grupului mare.
5. În final, facilitatorul prezintă o listă de strategii. Participanții pot să-și completeze lista cu strategii.

Evaluare

- Cum ați lucrat în grupuri?
- Cum credeți, este necesar să susținem persoanele furioase? Argumentați.
- Care ar fi consecințele furiei asupra altor persoane?
- Ce recomandări veți da unei persoane furioase?

FIȘĂ PRACTICĂ

LISTA CU STRATEGII

1. Reflectă „în oglindă” pozițiile, gesturile și tonul interlocutorului.
2. Folosește propoziții scurte și clare.
3. Reacționează ferm, nu prin atac, nici prin fugă.
4. Lasă cealaltă persoană să vorbească prima.
5. Cere interlocutorului, dacă este cazul, să nu transforme critica într-o chestiune personală. Nu face nici tu acest lucru (În loc de a-i spune: *Nu știi să faci curățenie* sau *Ești un nepriceput*, îi vei spune: *Aici trebuia curățat și cutare lucru* sau *Nu ai văzut și praful de pe raftul acesta*).
6. Discută situația prezentă, nu insista asupra trecutului și nu dezgropa vechi certuri, neînțelegeri.
7. Orientează-te asupra viitorului, nu trecutului. Întreabă-l „*Ce putem face ca lucruri de genul acesta să nu se mai întâmple?*”, în loc de „*Cum am ajuns în situația aceasta?*”.
8. Arată-i că cei din jur au dreptul să te critice, dar și tu ai dreptul să nu fii umilit, înjosit sau criticat în fața altor persoane.

Ce pot eu?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze valorile care stau la baza potențialului fiecăruia
- să examineze posibilitățile comune și diferite ale participanților

Durata

45 minute

Materiale

hârtie, pixuri, creioane

Sugestii pentru facilitator

Apreciați pozitiv calitățile speciale ale fiecărui participant!

Concretizați că formarea unei deprinderi necesită voință, dorință, perseverență, timp etc.

Desfășurare

1. Repartizați fiecărui participant câte o foaie. Fiecare individual va trebui să continue enunțul: „Eu pot să”.
2. După ce toți au completat propoziția, fișele sunt atârinate pe perete pentru a fi citite și analizate.
3. Propuneți participanților să analizeze conținutul fișelor, pentru a le clasifica după anumite criterii.
4. Spuneți participanților să formeze mici echipe conform criteriilor de clasificare și timp de 15 min. să elaboreze colaje prin care să arate deprinderile pe care le practică zilnic.
5. Urmează prezentările fiecărui grup.
6. Discutați prezentările făcute în grupul mare.

Variantă posibilă

1. Rugați participanții să vorbească despre toate lucrurile speciale pe care le pot face și înregistrați-le. De exemplu: să conducă bicicleta, să joace fotbal, să citească bine, să fugă repede, să înoate în baie etc.
2. Sugerați participanților să deseneze pe foi, individual, un copac și pe ramurile din stânga ale copacului vor scrie deprinderile pe care le exersează foarte bine, iar în partea dreaptă deprinderi pe care ar dori să le aibă.
3. În final, fiecare participant va avea un copac care va reprezenta atât posibilitățile de moment cât și dorințele de viitor. Oferiți timp ca participanții să găsească strategii de atingere a dorințelor de viitor.

Evaluare

- A fost ușor sau greu să continuați enunțul?
- A fost dificil să determinați din ce criterii face parte fișa voastră și de ce?
- Cum v-ați simțit când ați prezentat deprinderea în cadrul grupului?
- Care este părerea voastră despre ceea ce pot face colegii voștri?

3.2 Dezvoltarea interpersonală

Dezvoltarea interpersonală presupune formarea și dezvoltarea unui set de abilități, de relaționare reușită între membrii unui grup prin intermediul comunicării eficiente, a negocierii și colaborării reușite, fiind promovate principiile de toleranță, nondiscriminare și empatie. O relaționare reușită, constructivă trebuie să se bazeze pe sentimentul de solidaritate și prietenie, fiind determinată de încrederea reciprocă și respectarea diferențelor dintre oameni.

Prin intermediul acestui capitol veți ajuta copiii și tinerii:

- să cunoască modalități de menținere a relațiilor pozitive în cadrul unui grup
- să-și dezvolte deprinderi de relaționare reușită cu semenii, prietenii, familia și comunitatea în întregime
- să-și formeze atitudinea tolerantă și echitabilă față de semenii, familie și față de membrii comunității.

Activitățile conținute în acest capitol vor direcționa aplicarea diverselor stiluri de comunicare și a strategiilor de soluționare a conflictelor. De asemenea copiii și tinerii vor învăța să manifeste un comportament neopresiv în comunicare, vor fi ajutați să promoveze modele pozitive de relaționare interpersonală, inclusiv gender. Prin intermediul discuțiilor, jocului pe roluri, a lucrului în grup, facilitatorii vor susține participanții să exerseze mai multe tehnici de a se opune discriminării, exploatării și manipulării în cadrul relațiilor.

Pădurea

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă care este importanța comunicării și a cooperării lucrând în grup

Durata

30 minute

Materiale

fișe cu instrucțiuni

Concepte

cooperare, comunicare eficientă

Desfășurare

1. Organizați participanții în șase grupuri. Explicați-le că fiecare grup va reprezenta cu ajutorul gesturilor și sunetelor o plantă, un animal sau o pasăre, astfel încât fiecare membru al grupului să fie implicat în procesul reprezentării.
2. Propuneți fiecărui grup câte unul din rolurile: copac, ciupercă, iepure, vulture, arici, fluture. Timp de 10 minute participanții se pregătesc pentru a reprezenta imaginea grupului mare. Celelalte grupuri trebuie să intuiască ce au prezentat, în acest scop pot să folosească întrebări de clarificare.
3. După ce au prezentat, rugați participanții să reformeze imaginile pentru a alcătui prezentarea scenică a unei povești cu personajele enumerate mai sus. Scenariul poveștii nu trebuie să depășească mai mult de 2 minute.
4. În final, rugați personajele poveștii să se aranjeze pentru a face o poză, astfel încât fiecare imagine să fie vizibilă.

Evaluare

- Cum ați început să elaborați imaginile în grupul vostru?
- A fost ușor sau greu să prezentați imaginea? De ce da sau nu?
- Ce s-ar întâmpla cu imaginea dacă o parte componentă a ei ar lipsi?
- Cum ați comunicat în timpul activității?
- Care este legătura acestei activități cu mediul vostru de lucru?
- Ce ați aflat din această activitate despre lucrul în echipă?

Broasca țestoasă

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să exerseze diverse strategii de lucru comunicând și colaborând în grup

Durata

30 minute

Materiale

pânză, o bucată de carton sau altceva ce poate înlocui carapacea unei broaște țestoase, masă, scaune, cretă...

Concepte

comunicare eficientă, colaborare

Desfășurare

1. Spuneți-le participanților că vor participa la crearea unei țestoase gigante. Au la dispoziție o pânză mare cât un cearșaf, o planșă de carton care va înlocui carapacea și propriile corpuri.
2. Oferiți-le 10 minute pentru pregătire.
3. Trasați o linie care va reprezenta drumul pe care trebuie să îl parcurgă țestoasa pentru a ajunge în țara unde locuiesc toți prietenii ei. Puneți pe drum câteva obstacole pe care broasca va trebui să le depășească.
4. După ce țestoasa gigantă a fost „construită”, anunțați pornirea ei.

Evaluare

- Cum vi s-a părut procesul de lucru în grup?
- Cum vă simțeați când vă mișcați împreună?
- Care a fost cel mai greu obstacol din calea voastră?
- Cum ați reușit să îl depășiți?
- Ce ați dori să se schimbe în cadrul grupului pentru a reuși mai ușor să conlucrați?

Balonul în pericol

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să comunice eficient
- să stabilească relații de colaborare lucrând în grup
- să consolideze sentimentul de solidaritate și de încredere reciprocă

Durata

40 minute

Materiale

un balon sau o minge mare

Desfășurare

1. Divizați spațiul de lucru în părți egale.
2. Rugați participanții să-și imagineze că spațiul în care se află ei este o grădină plină de cactuși.
3. Explicați participanților că după linia care le limitează spațiul se află un câmp frumos în care se joacă niște copilași, care din neatenție au scăpat un balon în câmpul cu cactuși.
4. Misiunea participanților este să ducă balonul în câmpul cu flori.
5. Sunt câteva condiții de transportare a balonului:
 - Tot grupul trebuie să participe la trecerea balonului în câmpul cu flori.
 - Grupul se aranjează în cerc.
 - În timpul activității nu se permite atingerea mingii cu mâinile. Dacă nu le reușește, sugerați participanților să se gândească la o strategie comună care ar facilita transportarea balonului.

Sugestii pentru facilitator

În cazul în care s-au format mai multe grupuri, spuneți participanților că activitatea nu este o competiție, ci este un exercițiu care verifică dacă putem colabora, lucra împreună.

Evaluare

- Ce modalitate de transportare a balonului ați găsit?
- Cum ați lucrat în grup?
- Au fost situații când nu v-ați simțit bine în timpul activității? De ce?
- Ce v-a plăcut cel mai mult în această activitate?

Iepurași

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă conceptele de parteneriat, colaborare, negociere prin care pot fi soluționate anumite conflicte sau neînțelegeri
- să identifice strategii de soluționare a problemelor

Durata

40 minute

Materiale

coli de hârtie, fișa practică pentru fiecare grup (situațiile prezentate în fișă vor fi divizate/tăiate și amestecate pentru a nu prezenta procesul continuu al situațiilor)

Concepte

parteneriat, colaborare, negociere

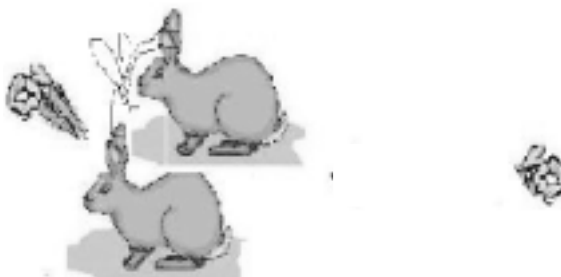
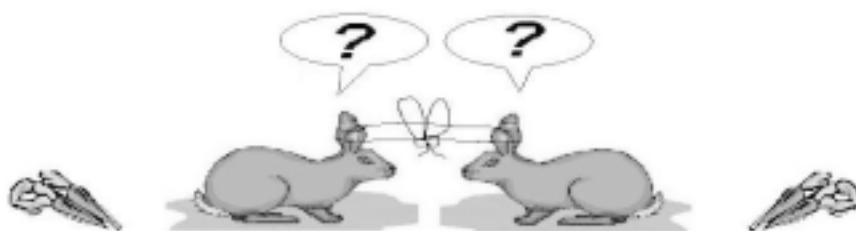
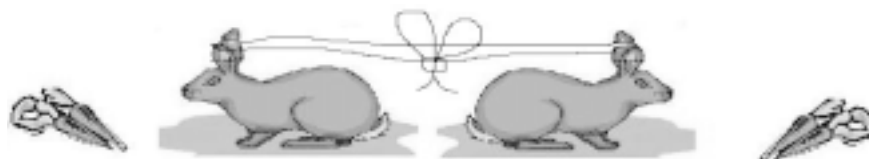
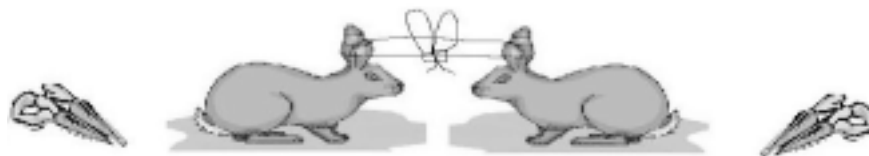
Desfășurare

1. Afișați pe pereții sălii de lucru trei foi mari de hârtie, pe fiecare va fi indicată una din noțiunile: 1) parteneriat, 2) colaborare și 3) negociere. Participanții vor completa foile cu opinii ce se referă la aceste noțiuni.
2. După ce toți și-au expus ideile, fiecare noțiune în parte va fi definită și comparată cu celelalte.
3. Uniți participanții în grupuri a câte patru.
4. Repartizați fiecărui grup setul de fișe tăiate din fișa practică. Timp de 10 minute grupurile vor găsi strategii de rezolvare a situației.
5. Toate grupurile își vor prezenta strategiile.

Evaluare

- Cum a decurs procesul de negociere între iepurași?
- Cum se poate ajunge la un parteneriat ?
- Care sunt obstacolele în procesul negocierii?
- Cum putem să realizăm o colaborare reușită?

FIȘĂ PRACTICĂ



Prietenia corăbiilor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să exerseze abilități de negociere lucrând în grup
- să stabilească contacte nonviolente lucrând în echipă

Durata

60 minute

Materiale

pânză

Concepte

negociere

Desfășurare

1. Formați 2 echipe care vor reprezenta două corăbii. Fiecare echipă va da o denumire corăbiei sale.
2. Explicați participanților că scopul călătoriei este să ajungă la mal pentru a realiza un scop comun (de exemplu: să ajute băștinașii să depășească consecințele unui cutremur, odată ce pe corăbiile lor se află medici, bucătari, constructori, tâmplari, croitori, meșteri etc.).
3. Pentru a reprezenta o corabie, participanții se vor așeza jos într-o linie dreaptă, formând un lanț și ținându-se de umeri. Ei vor învăța cum să conducă corabia după următoarele instrucțiuni:
 - Când vântul bate din dreapta, corabia se apleacă (se mișcă concomitent cu ajutorul picioarelor) spre stânga și, invers.
 - Când vântul bate din față, corabia se mișcă înapoi și, invers.
Se exersează de câteva ori aceste mișcări.
 - Anunțați că corabia X este avantajată, deoarece este puternică pentru a se apăra de ghețari, iar corabia Y are pânze pentru a se apăra de furtună, ceea ce-i lipsește corăbiei X.
 - Când va fi anunțat că este furtună, corabia Y va înainta, iar X va fi mânată de vânt înapoi.
 - Când spunem „ghețari”, corabia X va înainta, deoarece este rezistentă, iar Y nu se va putea mișca. După trecerea fiecărui obstacol, se anunță: „Acum marea e liniștită, corăbiile se pot deplasa în condiții normale”, fiind bătute de vânt, după instrucțiunile date de moderator.
4. Dacă după depășirea câtorva bariere, participanții nu ajung la idea că trebuie să se ajute, amintiți-le scopul călătoriei - ambele corăbii trebuie să ajungă la mal. Participanții trebuie să înțeleagă că ei nu trebuie să concureze, deoarece toți sunt importanți în atingerea scopului final.

Sugestii pentru facilitator

Membrii echipajului de pe corăbii trebuie să mențină contactul fizic până la sfârșitul activității.

Modalitățile de ajutor trebuie să fie propuse de participanți.

Moderatorul nu trebuie să influențeze, dar trebuie să prevină momentele violente în timpul activității.

Evaluare

- Cum v-ați simțit în timpul călătoriei?
- Cum au fost luate deciziile de a vă deplasa?
- Când v-ați dat seama că trebuie să vă ajutați unul pe altul?
- Ce s-ar întâmpla în viață dacă nu ne-am ajuta la timp?
- Cum ați putut depăși obstacolele?

Călătorie riscantă

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și dezvolte abilitățile de comunicare și de colaborare în situații extreme
- să manifeste încredere față de ei înșiși și față de alte persoane

Durata

60 minute

Materiale

diverse obiecte care ar servi drept obstacole, cretă - ați putea desena liniile de traseu pe care le vor parcurge echipele, eșarfe pentru a lega mâinile, picioarele sau gura

Desfășurare

Activitatea se va desfășura într-o sală spațioasă sau pe un teren de joacă la aer liber. Din timp este bine să aveți pregătite materiale care vor servi drept obstacole pe care vor trebui să le depășească echipele de participanți.

1. Întrebați tinerii dacă iubesc călătoriile. Spuneți participanților că fiind implicați în această activitate vor avea posibilitatea să călătorească. Călătoria pe care vor avea să o facă participanții (grupați-i câte 6-8 persoane), va fi pe cât de plăcută, pe atât și de riscantă. Membrii grupurilor se vor aranja în coloane, adică vor alcătui "garnitura de tren".

2. Explicați participanților că cel care va sta în fața coloanei va fi "locomotiva trenului". El va avea misiunea să conducă coloana pe un traseu creat de facilitator și necunoscut de participanți. Toți membrii echipei vor avea ochii închiși, unicul care va avea ochii deschiși va fi locomotiva.

3. Conducătorii vor fi responsabili de securitatea membrilor coloanelor, de aceea de la început vor opta pentru o anumită tactică în însoțirea echipei.

4. Prima parte a traseului va dura 3-5 min. și facilitatorul va trebui să fie atent la cei mai activi membri ai echipelor (adică cei care în mare parte ajută la deplasarea echipei acordând întrebări clarificatoare conducătorului echipei). Anume aceste persoane vor deveni „victimelor” în cea de-a doua etapă de parcurgere a traseului modificat, desigur. „Victimelor” li se va lega gura, picioarele, mâinile (adică doar unuia din echipă i se va lega gura, altuia picioarele, celui de-al treilea mâinile).

5. Permiteți echipelor să parcurgă traseul până la sfârșit.

Evaluare

- Cum v-ați simțit? Ce sentimente ați trăit, ce emoții ați avut, participând în cadrul acestei activități?
- A fost ușor/greu să parcurgeți traseul?
- De ce credeți că a fost ușor/greu?
- Credeți că v-ați expus unui risc, călătorind cu acest tren? Să riști este bine sau rău? De ce?
- A avea încredere este un risc? Voi ați avut încredere? De ce da/nu?

Adevăr sau minciună?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă procesul de comunicare
- să-și formeze și să-și dezvolte abilitățile de convingere, de încredere în propria persoană și în cei din jur

Durata

50 minute

Materiale

câte o monedă și câte o eșarfă de legat ochii pentru fiecare grup

Desfășurare

1. Rugați trei participanți să se ofere ca voluntari. Unul dintre ei va fi căutător de comori, iar ceilalți doi participanți vor fi vrăjitori, bun și rău.
2. Căutătorului de comori i se va lega ochii și va trebui să găsească comoara, iar cei doi vrăjitori vor trebui să se înțeleagă cine dintre ei va fi vrăjitorul bun și cine cel rău.
3. Comoara va fi o monedă, plasată la distanța de doi metri de căutătorul de comori și de vrăjitori.
4. Vrăjitorii vor trebui să-l ghideze pe căutătorul de comori spre monedă: vrăjitorul bun spunându-i permanent adevărul, iar vrăjitorul rău permanent spunând doar minciuni, orientându-l pe căutătorul de comori în direcția greșită.
5. Căutătorul de comori nu trebuie să cunoască cine dintre participanți joacă rolul vrăjitorului bun și cine al vrăjitorului rău. După ce i s-au legat ochii celui ce va căuta comoara, cei doi vor trebui să decidă care va spune adevărul și cine va spune minciuni.
6. Toți au sarcini dificile. Căutătorul de comori este cu ochii legați, nu vede nimic și are nevoie de ajutor. Pe lângă aceasta el trebuie să mai decidă cui să dea crezare. Vrăjitorul bun la fel are o însărcinare grea. El trebuie să spună adevărul și să-l convingă pe cel ce caută comoara că numai el poate să-l conducă corect și să aibă încredere doar în el. Dar nici vrăjitorului rău nu-i este mai ușor, pentru că el trebuie să mintă astfel încât ceea ce spune el să pară a fi adevăr. De aceea nu putem spune exact cât poate să dureze până căutătorul de comori își găsește comoara.
7. Dar dacă a reușit acest lucru, i se dezleagă ochii și este felicitat cu aplauze furtunoase...

Evaluare

- Cum ați înțeles, cine dintre cei doi vrăjitori era cel bun și cine era cel rău?
- Cum ați căutat comoara?
- Ce-ați simțit când ați fost în rolul căutătorului de comori?
- Ce-ați simțit când ați jucat rolul vrăjitorului bun?
- Ați reușit să-l învingeți pe vrăjitorul rău? De ce da/nu?
- Cum ați câștigat încrederea căutătorului de comori atunci când ați jucat rolul vrăjitorului bun?
- Ce-ați simțit când ați jucat rolul vrăjitorului rău?
- Ce-ați întreprins pentru a câștiga încrederea căutătorului de comori?
- Ce-ați învățat din acest joc?
- De ce aveți nevoie pentru a avea încredere în cineva?
- Dacă ați juca de la început, ați schimba jocul?

Sisteme care funcționează

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să se familiarizeze cu conceptul de interdependență
- să examineze importanța funcționării tuturor părților unor sisteme mecanice simple

Durata

30-35 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Concepte

interdependență

Desfășurare

1. Spuneți participanților să se unească în perechi. Fiecare pereche alege o mașină sau un mecanism care conține mai multe dispozitive: o bicicletă, o mașină, un ventilator, un telefon, o lampă, un ceas sau un computer.
2. Explicați instrucțiunile de lucru pentru perechile formate:
 - desenați mecanismul ales, fără a include una din părțile lui;
 - când terminați desenul, reuniți-vă cu o altă pereche, faceți schimb de desene și ghiciți ce este reprezentat pe acestea și care parte a mecanismului lipsește.

Variante

A. În grupuri de 4-6 persoane, participanții aleg un mecanism pe care l-ar putea reprezenta prin pantomimă. Grupul mate trebuie să ghicească ce li s-a demonstrat. Fiecare participant trebuie să joace rolul unei piese a mecanismului respectiv.

B. Participanții, de asemenea, pot încena o situație în care o parte a mecanismului încetează să mai funcționeze și astfel toate celelalte părți sunt afectate.

C. Cu ajutorul furtunii de idei, participanții numesc cât mai multe părți ale corpului omenesc. Ei pot descrie ce s-ar putea întâmpla, dacă una din aceste părți ar lipsi.

Evaluare

- Ce mecanisme ați desenat?
- Cum lipsa unei părți a afectat funcționarea mecanismului?
- Ar putea acest mecanism să funcționeze în continuare fără această parte sau nu?

Poienița

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și dezvolte sentimentul de empatie pentru alte persoane
- să reflecte asupra propriei individualități

Durata

90 minute

Materiale

3 coșulețe în care veți pune separat petale de flori albastre, verzi, galbene confecționate din hârtie colorată, foi, lipici

Desfășurare

Este preferabil ca activitatea să fie desfășurată într-o sală spațioasă, participanții să fie așezați pe covor, la podea și în sală să sune o melodie liniștită.

I etapă

1. Din timp este bine să distribuiți fiecărui participant câte o foaie și să aveți pregătit pentru această etapă coșulețul cu petale albastre. Creând o atmosferă distinsă și calmă, spuneți participanților să mediteze asupra vieții lor. Orientați tinerii să se gândească la momentele cele mai plăcute, frumoase trăite de ei. Este important să nu grăbiți participanții.

2. Spuneți-le că petalele albastre din coșuleț semnifică momentele frumoase din viața lor și rugații individual, în liniște, să facă câte o floare din petale albastre, lipindu-le pe foaia lor și scriind pe fiecare petală a florii un moment frumos din viața lor.

3. După ce toți au terminat aplicațiile, analizați împreună florile (citiți mesajele din petale) și faceți o mică evaluare, adresând întrebări de genul:

- Cine dintre voi a observat că a trăit evenimente asemănătoare cu cineva?
- Are cineva în petalele lui ceva deosebit de a colegilor?
- Cine sau ce va oferit aceste evenimente frumoase?
- Și-a amintit cineva din voi acum și alte evenimente frumoase din viața lui?

4. Spuneți participanților să aranjeze florile albastre într-o „poieniță” în mijlocul sălii.

A II-a etapă

1. Repartizați participanților foi pentru alte aplicații. Spuneți participanților să ia petale galbene și, asemeni ca în etapa precedentă a activității, vor trebui să facă o floare, dar pe petale vor trebui să scrie evenimentele mai puțin frumoase din viața lor. Deschideți o mică discuție referitor la cât de ușor sau cât de greu le-a fost să găsească momentele mai puțin plăcute și de ce.





A III-a etapă

1. Organizați un joc de unire în perechi.
2. Reveniți la activitatea inițială și rugați perechile formate să-și caute un loc comod în încăperea, fiecare din participanți păstrând floarea sa galbenă.
3. Rugați participanții să se așeze spate la spate și să schimbe unul cu altul florile galbene.
4. Repartizați iarăși fiecărui participant câte o foaie.
5. Spuneți tinerilor că acum pot folosi petalele verzi din coșuleț, din care vor trebui să mai facă o floare, dar nu pentru ei, ci pentru partenerul lor. Pe petalele verzi vor scrie soluțiile pentru problemele scrise de colegul lor pe petalele florii galbene. Adică la fiecare problemă vor propune câte o soluție pentru a ajuta prietenul să o depășească.
5. Participanții schimbă între ei florile verzi, pentru ca fiecare în parte să-și poată analiza soluțiile propuse de colegul lor.
6. În grupul mare se discută cine este mulțumit și cine nu de soluțiile care li s-au propus. E posibil ca unele momente nefericite sau probleme să rămână fără soluții. Întrebați dacă cineva din grup poate propune soluții pentru situațiile neplăcute cărora nu li s-au dat soluții.
7. Rugați participanții să completeze poienița din sală cu florile galbene și verzi. Spuneți-le să le aranjeze așa cum le place lor.

Evaluare

- Cum v-ați simțit în timpul activității?
- A fost dificil să găsiți situații plăcute, mai puțin plăcute? De ce da? De ce nu?
- Care sunt cele mai frecvente motive care provoacă stările de bucurie sau de tristețe în viața voastră?
- Care sunt sursele cele mai dese ale acestor stări?
- V-a fost greu sau ușor să găsiți soluții pentru altcineva? De ce da/nu?
- Este riscant să acordați un sfat colegului sau prietenului tău? De ce? Care este riscul?
- Ce s-ar întâmpla dacă am exclude problemele?
- Care au fost criteriile după care ați aranjat florile în poieniță?
- Prin ce a fost util acest exercițiu?
- Ați învățat ceva participând la această activitate?

Ședința de seară

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să elaboreze mesaje pozitive pentru alte persoane din grup

Durata

30-35 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, creioane

Desfășurare

Încercați să recunoașteți, împreună cu participanții, calitățile pozitive ale persoanelor din cadrul grupului. Încurajați-i să gândească pozitiv.

1. Rugați participanții să se aranjeze în cerc.
2. Explicați ce trebuie să spună fiecare persoană din cadrul cercului, la fel ca în următorul exemplu:
 - să numească o floare, un animal sau un copac ce-i amintește despre persoana din dreapta și de ce.
 - să numească o calitate pozitivă a persoanei care este în partea stângă și să ofere una din calitățile sale pozitive acestei persoane.
 - să spună un cuvânt, două sau trei care exprimă sentimentul de plăcere de a fi cu grupul.

Evaluare

- A fost ușor / dificil să numiți calitățile pozitive ? Motivați?
- Dar să le ascultați pe ale voastre?
- Care mesaje pozitive au fost cel mai des întâlnite? Argumentați?

Mâna cu 10 degete

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să soluționeze un conflict prin intermediul aprecierii și respectului reciproc
- să faciliteze colaborarea între fete și băieți

Durata

30 minute

Materiale

carioca și foi pentru desen, cordoane

Desfășurare

1. Participanții vor lucra în perechi (dacă e posibil, o fată și un băiat). Vor trebui să deseneze împreună pe o foaie orice doresc. Însă condiția este că participanților le vor fi legate cu un cordon mâinile drepte (în caz când unul din participanți este stângaci, i se va lega mâna stângă).
2. Timp de 20 min. participanții, comunicând în perechi, vor decide ce doresc să deseneze și realizează aceasta.
3. Spuneți participanților că trebuie să deseneze doar cu mâinile legate și ambii parteneri trebuie să participe la elaborarea lucrării.

Evaluare

- Cum v-ați simțit în timpul activității?
- A fost ușor să lucrați cu o singură mână? Argumentați răspunsul.
- Cum ați lucrat împreună? Credeți că dacă ați fi lucrat singuri, ați fi desenat altceva? De ce?
- Ce dificultăți au apărut în timpul activității?
- Cum le-ați depășit ?
- Cum credeți, în care situație din viață este necesară colaborarea?

O zi fără prejudecăți

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să formuleze convingeri pozitive privind egalitatea între genuri
- să recunoască caracterul negativ al prejudecăților și al stereotipurilor ce pot influența relaționarea reușită între fete și băieți

Durata

80 minute

Materiale

foi, carioca

Concepte

stereotip, prejudecată

Desfășurare

1. Realizați un asalt de idei la noțiunile „prejudecată”, „stereotip” cu ajutorul tehnicii “idei pe pereți” (vedeți pag 18).
2. Repartizați participanții în grupuri a câte patru. Spuneți grupurilor să întocmească câte o listă cu activități pe care le-ar face fetele și băieții împreună.
3. Pentru fiecare activitate din listă se prezintă avantajele și dezavantajele participării în comun a fetelor și a băieților.
4. Prin intermediul unei discuții evidențiați stereotipurile și prejudecățile din aceste activități.
5. Rugați grupurile să aleagă o activitate din cele enumerate și să o prezinte printr-un joc de rol.

Evaluare

- Cum ați reușit să repartizați rolurile?
- În ce activități fetele și băieții s-au înțeles foarte bine și nu au existat contradicții sau constrângeri între ei?
- După părerea voastră, care sunt activitățile în care nicidecum nu s-ar putea implica fetele sau băieții? De ce?
- Cum am putea înlătura prejudecățile, stereotipurile pentru a putea determina o înțelegere mai bună între noi?

Te invit...

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să exerseze modalități de prezentare între fete și băieți
- să formuleze o invitație în relația fete/băieți

Durata

30 minute

Materiale

fișe practice

Concepte

invitație

Desfășurare

1. Repartizați participanții în 3 grupuri. Oferiți fiecărui grup posibilitatea să aleagă câte o întrebare și să răspundă:

- Cum facem cunoștință cu o fată/băiat?
- Cum facem prezentările între fete/băieți?
- Cum facem o propunere sau o invitație?

2. Oferiți grupurilor fișe cu formule specifice temelor alese pentru a le exersa prin intermediul unui joc pe roluri.

Între prieteni sau între tineri prezentările se pot face numai spunând prenumele, cu un gest al mâinii, fără formule explicite de prezentare.

Evaluare

- Ce sentimente ați avut când vi s-au făcut adresări?
- Ce părere aveți despre aceste modalități de prezentare?
- Cum au fost făcute aceste adresări sau cum puteți caracteriza o astfel de adresare?

FIȘA PRACTICĂ NR.1

- Îl cunoști / o cunoști pe...
- Îl cunoști pe prietenul meu .../ o cunoști pe prietena mea...
- Vă cunoașteți?
- Ți-o prezint pe (sora mea, prietenul meu, colegul meu...)
- Permiteți-mi să v-o /vi-l prezint pe ...
- Sunt încântat(ă) să v-ă /te. Bună ziua / Salut.
- Îmi pare bine de cunoștință.
- Să mă prezint: sunt...
- Îmi permit să mă prezint singur. Mă numesc ... și sunt ...(elev în clasa, școala...), sunt prietenul lui...

FIȘA PRACTICĂ NR.2

Înainte de a i se adresa invitația, persoana trebuie întrebată dacă este disponibilă:

- Ce faci sâmbătă?
- Ai un program pentru duminică?
- Ești liber(ă) de seară?

CUM INVITĂM:

- Te invit la...
- Vrei să mergi cu mine?
- Vrei să dansăm?
- Ce-ai zice de un film?
- Aș vrea să te invit...

CUM ACCEPTĂM O INVITAȚIE:

- Da, cu plăcere.
- E drăguț din partea ta.
Vin cu plăcere.
- E simpatic, de ce nu?
- De acord.
- Eu știu, cred că da...

**CUM REFUZĂM
O INVITAȚIE:**

- E drăguț din partea ta, dar...
- Regret, nu sunt disponibil (ă).
- Poate altă dată, dar azi nu...
- Nu sunt liber(ă)...

**CUM MULȚUMIM PENTRU
O INVITAȚIE:**

- Mulțumesc mult...
- E foarte drăguț din partea ta...
- Sunt încântat(ă)...
- Îmi face mare plăcere.

Roluri diferite

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să observe diferențele de comunicare cu persoane care au diferite roluri sociale
- să analizeze mesajele pe care le pot primi

Durata

35 minute

Materiale

fișe practice cu roluri pentru fiecare participant

Desfășurare

1. Lipiți pe spatele participanților fișe pe care sunt indicate roluri (fișa practică).
2. Participanții se mișcă prin sală și la comanda „STOP” se opresc și cu prima persoană din apropiere discută în dependență de rolul pe care îl are cel din față. În timpul discuției dintre perechi participanții nu trebuie să-și spună unul altuia ce rol au. Rugați-i să respecte confidențialitatea!
3. După ce au comunicat cu diverse persoane, participanții formează un cerc și în funcție de discuția din timpul activității, apreciază ce rol au avut fiecare dintre ei.
4. Aveți grijă la sfârșitul activității ca toți participanții să iasă din rol.

Evaluare

- Care a fost criteriul după care ți-ai dat seama ce rol deții?
- Ce-ai aflat nou despre colegii tăi în timpul discuției?
- Cum te-ai simțit în rolul pe care l-ai jucat?
- A influențat rolul pe care-l deținea persoana asupra discuției? Cum?
- Care a fost stilul de comunicare cu persoanele pe care le-ai întâlnit. S-a asemănat / s-a deosebit? Prin ce? De ce?

FIȘĂ PRACTICĂ

<i>Prieten</i>	<i>Coleg</i>	<i>Șef de clasă</i>
<i>Președinte de stat</i>	<i>Director de școală</i>	<i>Muncitor</i>
<i>Hoț</i>	<i>Profesor</i>	<i>Artist</i>
<i>Medic</i>	<i>Bunică</i>	<i>Țăran</i>
<i>Vecin</i>	<i>Bolnav</i>	<i>Cioban</i>
<i>Mamă</i>	<i>Refugiat</i>	<i>Frate</i>
<i>Voluntar</i>	<i>Ministru</i>	<i>Student</i>
<i>Tată</i>	<i>Rrom</i>	<i>Soră</i>

Relațiile

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice factorii care contribuie la distrugerea diverselor relații
- să examineze comportamentele ce consolidează diverse tipuri de relații

Durata

40-50 minute

Materiale

hârtie, carioca, coli de hârtie

Desfășurare

1. Pregătiți din timp 7 coli de hârtie cu titlurile:

- Relații cu părinții
- Relații cu frații/surorile
- Relații cu bunicii
- Relații cu prietenii cei mai buni
- Relații cu profesorii
- Relații romantice.

2. Rugați participanții să numească diferite relații din viața lor. De ex: relații de familie, relații de căsătorie, relații între prieteni, relații de afaceri, relații patron-angajat, relații între colegi de cameră ș.a.

3. Formați 7 echipe și repartizați-le câte o coală de hârtie cu tipurile de relații. Timp de 15 min. fiecare echipă va discuta despre ce ar putea menține o relație și ce factori ar putea-o ruina.

4. Propuneți grupurilor să deseneze o corabie care va reprezenta tipul de relație la care au lucrat. Participanții vor face o analogie între corabie și relații. Cu ajutorul imaginației lor vor reprezenta prin desen factorii care mențin și care pot ruina o relație.

5. Explicați-le că sunt lucruri care mențin corabia pe valuri (marea liniștită, combustibilul) și, la fel, sunt lucruri care pot menține o relație. De asemenea, menționați că sunt unele lucruri care pot ruina o relație, la fel cum o coastă stâncoasă sau o furtună puternică pot scufunda o corabie.

6. După ce toate grupurile au terminat, participanții prezintă ideile și corăbiile sunt afișate la un loc vizibil.

Evaluare

- Ce puteți spune despre facilitățile, obstacolele enumerate în diferite relații?
- Ce dificultăți ați întâmpinat în selectarea ideilor referitor la factorii care pot menține/ ruina o relație?
- Care factori sunt cel mai greu de creat într-o relație?
- Ce v-a plăcut cel mai mult în această activitate?
- Ce ați învățat din această activitate?

Persoana din exterior

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să experimenteze apartenența la un grup majoritar și la unul minoritar
- să analizeze strategiile de acceptare de către grupul majoritar

Durata

40 minute

Materiale

hârtie și stilouri pentru observatori, ceas sau cronometru, carioca, creioane

Desfășurare

1. Organizați participanții în grupuri de 6-8 persoane.
2. Cereți fiecărui grup să aleagă o persoană care să fie „observator” și o a doua care să fie „persoană din exterior”.
3. Spuneți celorlalți membri ai grupului să stea umăr la umăr pentru a forma un cerc impenetrabil, astfel încât să nu existe nici un spațiu între ei.
4. Explicați că „persoana din exterior” trebuie să intre în cerc, dar acei care formează cercul trebuie să încerce să o lase în afară.
5. Spuneți observatorului să noteze strategiile folosite atât de către „persoana din exterior”, cât și de cei din cerc și de asemenea să cronometreze timpul.
6. Puteți să dați instrucțiuni concrete observatorilor, cum ar fi luarea notițelor despre:
 - ce spun participanții din cerc între ei înșiși sau observatorului?
 - ce fac membrii cercului pentru a nu lăsa persoana nedorită în cerc?
 - ce spune „persoana nedorită”?
 - ce face „persoana nedorită”?
7. După 2-3 minute, indiferent dacă a reușit să intre în cerc sau nu, „persoana din exterior” se asociază cercului și un alt participant va juca acest rol.

Variante

Participanții fiecărui grup ar putea să-și dea un nume, pentru a întări sentimentul apartenenței de grup. Puteți organiza ca „persoana din exterior” să vină de fiecare dată dintr-un grup diferit. La sfârșitul fiecărei reprize, persoanele nedorite vor trebui să se întoarcă la grupul lor, indiferent dacă au avut succes sau nu. Aceasta poate de asemenea accentua sentimentul de singurătate al „persoanei din exterior”.

Evaluare

Reuniți participanții în grupul mare pentru a discuta ce s-a întâmplat și cum s-au simțit.

Întrebări pentru jucători:

- Cum v-ați simțit când ați făcut parte din cerc?
- Cum v-ați simțit când ați fost „persoană din exterior”?
- Acei care au reușit „să forțeze cercul” se simt diferit de cei care au eșuat?

Întrebări pentru observatori:

- Ce strategii au folosit „persoanele din exterior”?
- Ce strategii au folosit participanții din cerc pentru a preveni ruperea acestuia?

Întrebări pentru toți membrii grupului:

- În viața reală când ai vrea să te simți „persoană nedorită” sau minoritar și când ai aprecia sentimentul de apartenență la un grup sau la o majoritate?
- În societatea noastră care sunt cele mai puternice grupuri și care sunt cele mai slabe? În societate cercul poate reprezenta privilegiu, bani, putere, muncă sau deținerea de proprietăți. Ce strategii folosesc grupurile minoritare pentru a avea acces la aceste resurse?

Să rezolvăm conflictele

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să colaboreze la rezolvarea situațiilor conflictuale
- să analizeze relațiile critice dintre oameni în scopul prevenirii conflictelor

Durata

40-50 minute

Materiale

3 fișe cu inscripțiile „DA”, „NU”, „NU ȘTIU”

Concepte

conflict, colaborare

Desfășurare

1. Alegeți o situație conflictuală care a apărut recent sau mai demult în grupul de participanți. Împreună stabiliți care sunt părțile implicate în conflict.
2. Elaborați o listă cu soluții posibile pentru situația dată.
3. Cele trei foi pe care este scris „DA”, „NU”, „NU ȘTIU” se aranjează pe podea, la distanță una de alta, sau se afișează pe pereți.
4. Citiți câte o soluție din cele propuse de participanți, iar aceștia se vor îndrepta spre una din foile plasate în sală.
5. Permiteți participanților să-și argumenteze alegerea. Participanții pot să-și schimbe punctul de vedere indiferent de opțiunea pe care au ales-o.
6. Atunci când cineva din grup consideră soluția nepotrivită, cereți argumente! Aveți grijă ca în timpul discuției să nu apară noi conflicte. Urmăriți ca conversațiile să fie cooperante și negociabile.

Evaluare

- Care a fost cea mai dificilă etapă a activității?
- Pe ce v-ați bazat când ați făcut alegerea?
- Comparați sentimentele pe care le-ați avut la începutul activității și cele de acum?

Da

Nu

Nu știu

Eu rezolv problema?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să utilizeze mesaje asertive în rezolvarea situațiilor conflictuale
- să rezolve neînțelegerile în mod pașnic

Durata

60 minute

Materiale

coli albe de hârtie, carioca, fișele practice nr. 1 și nr.2

Concepte

comportament, neînțelegere, asertivitate

Desfășurare

1. Organizați participanții în 4 grupuri. Repartizați fiecărui grup fișa practică nr. 1.
2. Explicați condițiile de lucru în cadrul grupurilor:
 - citiți fraza și identificați următoarele aspecte: cum se simte persoana deranjată de un anumit comportament, comportamentul care deranjează, efectul comportamentului asupra persoanei în cauză și soluția sugerată.
 - încercați să descrieți problema pe baza acestui răspuns.
3. În timpul prezentării rezervați suficient timp pentru a defini împreună cu participanții structura mesajelor asertive și importanța lor în comunicare.
4. Pentru a pune în practică comunicarea asertivă, puteți propune participanților niște situații din fișa practică nr. 2 pentru a formula mesaje asertive.

Sugestii pentru facilitator

Explicați participanților că este mai bine să vorbească în termenii propriilor preocupări, necesități și sentimente decât să fie agresivi, violenți, nepăsători în soluționarea situațiilor conflictuale.

Mesajele asertive sunt binevenite:

- la începerea unei discuții delicate, prin care încerci rezolvarea unei situații problematice sau conflictuale,
- la rezolvarea definitivă a conflictului,
- în timpul unei discuții aprinse, când ești învinuit de cineva.

Structura mesajelor asertive

- Spuneți interlocutorului ce simțiți (sentiment, emoție).
- Vorbiți interlocutorului despre comportamentul care vă deranjează.
- Arătați efectul comportamentului deranjant asupra voastră.
- Propuneți soluții care ar mulțumi ambele părți.

Model

EU (mă) simt ... (sentiment, emoție),

CÎND ... (comportamentul ce vă deranjează),

PENTRU CĂ ... (efectul comportamentului deranjant asupra voastră),

AR FI BINE ... (propuneți soluții care ar mulțumi ambele părți).

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Cum credeți, aceste situații sunt reale?
- Care sunt asemănările, deosebirile dintre mesajele pe care le formulați voi în asemenea situații și cele asertive?
- În ce situații ne ajută mesajul asertiv? Motivați.
Ce am putea schimba dacă am comunica asertiv?

FIȘA PRACTICĂ nr. 1**Fraza 1**

Când mi se fac observații în fața străinilor mă simt foarte umilit (pentru că ei mă văd în postura de copil rău). Aș dori să nu mai fiu pus în astfel de situații.

Fraza 2

Când sunt întrerupt, sunt derutat (trebuie să fac eforturi de concentrare a atenției) pentru că îmi pierd firul ideilor. Aș vrea să fiu lăsat să vorbesc până la capăt.

Fraza 3

Profesoara către clasa neatentă:

Când vă explic ceva și îmi dau seama că nu mă ascultați, simt că pierdem timpul și că va trebui să reiau explicațiile. Aș vrea să știu dacă ceea ce spun vă interesează și dacă m-am făcut înțeleasă.

Fraza 4

Când nu primesc nici un răspuns la întrebări, mă gândesc că nimic din ceea ce spun nu vă trezește interesul. Aș dori să cred că acest lucru nu se întâmplă pentru că vă intimidez sau vă plictisesc.

FIȘA PRACTICĂ nr. 2

Un coleg/câțiva colegi povestesc ceva și râd zgomotos în cameră, când tu ai de învățat pentru o lucrare de control.

Prietena ta a divulgat (a spus la alți cunoscuți) un secret pe care i-l spusesei numai ei.

O colegă te critică de câte ori te vede cu o pieptănătură sau cu o tunsoare nouă.

Colegul /colegii de cameră au hotărât, în absența ta, să schimbe total aranjamentul din încăpere, iar astăzi în prezența ta au început transpunerea în practică a ideilor lor.

Ieri de mai multe ori un coleg nu ți-a răspuns la salut.

3.3 Dezvoltarea socială/ civică

Dezvoltarea socială/civică presupune formarea deprinderilor necesare copiilor și tinerilor pentru a respecta drepturile și responsabilitățile personale și ale altora, pentru a participa la luarea deciziilor privind întreaga comunitate, pentru a juca rolul de cetățeni activi.

Organizând activități conținute în acest capitol, veți încuraja participanții:

- Să-și cunoască drepturile,
- Să-și asume responsabilități și să demonstreze inițiativă în lucrul asupra unei sarcini de grup,
- Să analizeze probleme de natură socială și să participe la procesele democratice.

Cunoașterea drepturilor și responsabilităților ar oferi tinerilor posibilitatea să delimiteze oportunitățile legale / ilegale oferite lor și respectiv ar provoca implicarea activă a acestora în viața familiei, școlii, comunității.

Balonul drepturilor și al responsabilităților

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să ia decizii cu privire la importanța drepturilor și a responsabilităților copiilor

Durata

30 minute

Materiale

baloane legate în perechi (câte 2 baloane la fiecare grup), fișe cu lipici (câte 30 de fișe pentru fiecare grup), pixuri, creioane, coli de hârtie, ață, foarfece

Concepte

drepturi, responsabilități.

Desfășurare

1. Organizați un asalt de idei la întrebarea: ce drepturi și responsabilități au copiii?
2. Repartizați participanții în grupuri a câte maxim 4 persoane. Dați fiecărui grup format câte 2 baloane, pixuri pentru fiecare, 30 de fișe cu lipici (în dependență de câte drepturi și responsabilități le cereți să scrie). Rugați participanții să discute în grupul lor și să aleagă 15 drepturi și 15 responsabilități importante pentru ei. Rugați-i apoi să le scrie pe fișele cu lipici, în mod separat, și să le lipească pe baloane: drepturile pe un balon, responsabilitățile pe celălalt. Chemați participanții să facă un cerc, dar stând împreună cu grupul lor. În mijlocul cercului se pune o coală de hârtie.
3. Spuneți-le să-și imagineze că toți se află într-un balon zburător al drepturilor și responsabilităților. Brusc, balonul devine prea greu. Se va prăbuși, dacă participanții nu vor renunța la unele din drepturile și responsabilitățile lor! Membrii grupurilor trebuie să discute la care drept și la care responsabilitate să renunțe. O fișă cu un drept și respectiv, o fișă cu o responsabilitate la care renunță trebuie lipită pe foaia din mijlocul cercului. Continuați până când fiecare grup rămâne cu 5 drepturi și 5 responsabilități pe care le consideră cele mai importante. Pentru a grăbi joaca, pretindeți că balonul se întâlnește cu furtuni și uragane, deci câteva drepturi și respectiv responsabilități trebuie să „plece” împreună. Lăsați grupul să decidă singur asupra mai multor drepturi / responsabilități la care vor renunța. Grupul trebuie să negocieze la care din acestea să renunțe.
4. Reuniți apoi câte două grupulețe formând unul și explicați-le că trebuie să discute pentru 5-10 min. de ce au ales anume acele drepturi și acele responsabilități ca fiind pentru ei cele mai importante. Refaceți grupul mare și discutați.

Evaluare

- Cum a fost să decideți în grup care drepturi și care responsabilități sunt cele mai importante? De ce?
- De ce sunt atât de importante aceste drepturi/responsabilități?
- De ce alte drepturi / responsabilități au fost lăsate deoparte?
- Ce puteți spune despre drepturile / responsabilitățile de pe foaie? Oare acestea nu sunt importante?
- Ce s-ar întâmpla dacă oamenii ar respecta doar drepturile/responsabilitățile rămase pe balon?
- Cum ajută această activitate ca oamenii să înțeleagă cât mai multe lucruri despre drepturile / responsabilitățile copiilor / tinerilor?
- Ce ați învățat nou din această activitate pentru voi personal?

Amestec de drepturi

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să reflecteze asupra tipurilor de domenii specificate în Convenția cu privire la Drepturile Copilului (CDC)
- să-și consolideze cunoștințele în domeniul drepturilor/responsabilităților copiilor/tinerilor

Durata

15-20 minute

Materiale

carioca, coli de hârtie sau cretă și tablă

Desfășurare

1. Rugați grupul să-și împărtășească ideile despre drepturile pe care le au copiii/tinerii sau puteți realiza un asalt de idei la tema drepturile și responsabilitățile tinerilor/copiilor. Astfel, generați o listă de drepturi și una de responsabilități importante care ar include familia, casa, școala, timpul liber etc.

2. Toți stau în cerc și fiecare alege câte un drept și o responsabilitate din listă.

3. Numiți unul din drepturi/responsabilități care au fost alese de participanți. Toate persoanele care și-au ales acel drept/responsabilitate alergă în jurul cercului, unul după altul până când ajung la punctul de pornire. Continuați până când fiecare a alergat de câteva ori. Apoi puteți grupa drepturile/responsabilitățile, ex.: prin numirea dreptului la adăpost și a celui la familie în același timp, prin numirea responsabilității de a fi pregătit la ore și de a asculta părinții etc.

Nota Bene! Numiți în mod alternativ un drept, apoi o responsabilitate.

Sugestii pentru facilitator

Această activitate este una distractivă și necesită spațiu mai larg decât o clasă de studii; vă sugerăm să o desfășurați în aer liber.

Evaluare

Discutați diferite tipuri de drepturi/responsabilități care au fost alese de membrii grupului. Utilizați aceste întrebări pentru a încuraja generarea și împărtășirea ideilor:

- Care sunt asemănările și deosebirile dintre aceste drepturi/responsabilități? (ex.: unele țin de școală, altele mai mult de familie)?
- Cine trebuie să asigure tinerilor drepturile/responsabilitățile?
- Cum poate ajuta tinerii respectarea CDC?
- Ce putem face pentru a promova și a respecta CDC?

Perechea mea

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să ia cunoștință cu unele articole din Convenția cu privire la Drepturile Copilului (CDC)
- să colaboreze și să comunice prin diferite mijloace

Durata

20-30 minute

Materiale

fișe cu articole din CDC,
hârtie, marchere

Concepte

Convenția cu privire la Drepturile Copilului, drept, articol.

Sugestii pentru facilitator

Alegeți câteva articole din Convenție. Scrieți aceste articole pe fișe separate. Tăiați fiecare articol în jumătate. Fiecare participant trebuie să primească câte o jumătate de articol. Propozițiile pot fi mai complicate pentru participanții de vârstă mai mare. Alegeți pentru activitate o sală de lucru spațioasă.

Desfășurare

1. Împărțiți fiecărui participant câte o fișă cu o jumătate de articol înscris pe ea. Rugați participanții să circule prin sală și să încerce să găsească cealaltă jumătate a articolului lor, formând astfel perechi.
2. Perechile formate trebuie să prezinte importanța respectării articolului lor pentru întregul grup. Metoda prezentării este la alegerea lor (ex.: scenetă, pantomimă, desen etc.). Grupul trebuie să ghicească dreptul prezentat și importanța respectării acestuia.

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Cum v-ați găsit perechea?
- Care a fost reacția voastră când ați văzut conținutul celeilalte jumătăți a articolului?
- Care dintre aceste drepturi nu se respectă la noi în comunitate/școală?
- Ce am putea face pentru ca acestea să fie respectate?

Mozaicul drepturilor copilului

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să conștientizeze importanța și indivizibilitatea drepturilor copilului
- să colaboreze unii cu alții
- să stabilească o atmosferă de lucru prietenoasă

Durata

30 minute

Materiale

coli de hârtie, carioca, foarfece

Desfășurare

1. Până a începe activitatea, desenați pe o parte a colilor de hârtie (numărul colilor depinde de numărul grupurilor formate) piesele unui mozaic (10 sau 15) și pe verso scrieți câte un articol din Convenția cu privire la Drepturile Copilului. Tăiați apoi colile pe liniile pieselor de mozaic.

2. Cereți participanților să formeze grupuri a câte 4-5 persoane. Distribuți fiecărui participant câte o piesă de mozaic. Mergând prin sală ei trebuie să pună „cap la cap” piesele și să refacă coala de hârtie unde vor găsi drepturile scrise de Dvs.

3. Timp de 10 min. solicitați grupurilor să pregătească scene teatralizate cu drepturile pe care le-au descoperit în colile lor. Se fac apoi prezentările.

Evaluare

- Care este importanța respectării drepturilor?
- Când ați simțit că vi s-a încălcat un drept?
- Care vor fi consecințele nerespectării unuia sau a mai multor drepturi?
- Cum putem noi contribui la respectarea drepturilor noastre?

Petru și Irina

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să studieze dreptul lor la muncă
- să fortifice colaborarea între membrii echipei

Durata

45 minute

Materiale

foi, copii ale fișelor practice pentru fiecare grup, copia grilei de evaluare pentru fiecare participant, pixuri

Desfășurare

1. Formați două grupuri. Un grup studiază cazul lui Petru, celălalt grup – cazul Irinei. Fiecare grup discută viața personajului din studiul lor de caz și identifică drepturile și responsabilitățile acestuia.
2. După 20-25 de minute, strângeți fișele practice și împărțiți fiecărui participant copia grilei de evaluare. Fiecare trebuie să completeze grilele despre personajul pe care l-au avut de studiat.
3. Discutați în grupul mare despre ce i-a surprins în istoriile lui Petru și a Irinei. Vorbiți despre problemele tinerilor care lucrează. Alcătuiți o listă a drepturilor și a responsabilităților pe care tinerii trebuie să le respecte, inclusiv, la locul de muncă.

Evaluare

- Care sunt asemănările dintre Petru și Irina?
- Ce altceva ați mai vrea să știți despre ei?
- Sunt reale aceste istorii?
- Au aceste istorii vreo legătură cu viața voastră?
- Cum ar putea fi protejați astfel de lucrători cum sunt Irina și Petru?
- În ce fel de servicii tinerii suferă de cele mai dese ori?
- Care drepturi le sunt respectate oamenilor care lucrează la negru, ilegal atât în Moldova, cât și peste hotare?
- Ce fel de cerințe ați înainta guvernului, dacă ați avea posibilitate?

FIȘA PRACTICĂ**Istoria lui Petru**

Petru este un băiat de 16 ani dintr-un sat din raionul Criuleni. El lucrează zilier (muncitor angajat și plătit cu ziua), la sfârșit de săptămână și în timpul sărbătorilor la un proprietar de pământ din satul vecin. Plata nu este mare, dar el are nevoie de bani. Petru iubește sportul, în special fotbalul. El își cheltuie banii pe încălțăminte și îmbrăcăminte de sport și crede că sunt foarte scumpe. Ar dori ca prețurile să fie mai mici! Lucrul la proprietarul de pământ nu-l deranjează, dar ar dori o plată mai mare. Petru nu înțelege de ce lucrătorii sunt răsplătiți așa de prost, iar prețurile sunt așa de mari. El câștigă doar 25 de lei pe zi, iar prietena lui, care are o fiică și lucrează în fiecare zi într-un magazin mare are același salariu. Nu poate înțelege cum ea reușește să se descurce cu acest salariu.

Istoria Irinei

Irina are 15 ani. În timpul vacanței de vară lucrează într-o fabrică de cusut. Salariul ei este de 200 de lei pe lună. Ea face aceasta fiindcă are nevoie de bani pentru a-și procura manuale școlare și hăinuțe pentru anul viitor de studii. În plus, ea are 2 surori mai mici acasă care merg la școală și care au nevoie și ele de manuale școlare. Irina este unica în familia sa care are un serviciu, căci tatăl său este foarte bolnav, iar mama a fost forțată să lase lucrul și acum este șomeră. Irina își dă foarte bine seama că fără venitul ei foarte mic, familia sa nu ar rezista. Ea nu știe ce să facă la anul viitor: să mai meargă la școală sau să meargă doar la lucru pentru a-și întreține familia.

FIȘA PRACTICĂ

Grila de evaluare

Întrebări despre personaj:

- Cum îl (o) cheamă? _____
- De către cine a fost angajat(ă)? _____
- Unde lucrează? _____
- Ce fel de muncă îndeplinește? _____
- Ce salariu are? _____
- Cât de grea este munca pe care o realizează? _____

- Îi place ceea ce face? _____
- Cine profită mai mult din munca lui (ei)? _____
- De ce drepturi dispune la locul de lucru? _____

- Ce responsabilități are? _____

- Cu ce greutăți se confruntă? _____

- Ce poate întreprinde personajul pentru a-și apăra drepturile? _____

Am nevoie de ...

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să conștientizeze importanța respectării drepturilor în creșterea și dezvoltarea lor

Durata

45 minute

Materiale

fișe de rol, plicuri pentru fișe cu drepturi, coli de hârtie, cretă, pixuri sau carioca

Desfășurare

1. Organizați participanții în 3 grupuri și cereți-le să se gândească de care lucruri au nevoie pentru a crește și a se dezvolta. Ex.: de ce avem nevoie când suntem mici? De ce avem nevoie când suntem adolescenți? Dar adulți? etc.
2. Repartizați fiecărui grup câte o fișă cu roluri și acordați-le câteva minute să discute rolul oferit grupului. Fiecare grup trebuie să-și închipuie că reprezintă persoana de pe fișa cu rol. Ce fel de viață duce? De ce are nevoie, începând cu nașterea, pentru a crește și a se dezvolta?
3. Cereți grupurilor să deseneze pe foaie sau pe podea cu cretă o linie a vieții pentru personajul lor. Linia vieții începe din momentul nașterii și continuă odată cu creșterea. Pe parcursul vieții sunt diferite etape, cum ar fi copilăria, pubertatea, adolescența etc., care aduc anumite necesități. Cereți grupurilor să completeze linia vieții personajului lor desenând sau scriind tot de ce are el nevoie pentru a se dezvolta, în conformitate cu etapele vieții. Ex.: haine, hrană, adăpost, școală, dragoste, prieteni, timp pentru joacă etc. După 10-15 minute repartizați fiecărui grup câte un plic cu un set de drepturi deja pregătite. Cereți participanților să aranjeze drepturile pe linia vieții personajului lor, acolo unde cred că sunt absolut necesare. Întruniți grupul mare și cereți grupurilor să-și prezinte personajul și ceea ce cred ei că este necesar pentru creșterea și dezvoltarea lui. Inițiați discuții pentru a analiza necesitățile lor personale.
4. Apoi participanții își alcătuiesc propria linie a vieții cu necesitățile și drepturile de care au nevoie pentru o bună creștere și dezvoltare.

Evaluare

- Au fost asemănări între grupuri?
- Care sunt criteriile după care ați repartizat drepturile?
- Care sunt asemănările/deosebiri între linia vieții personajului vostru și linia propriei vieți?
- Cum corespund drepturile care le-ați ales pentru voi cu cele alese pentru personajul vostru?
- Căror grupuri sociale li se încalcă dreptul la dezvoltare?
- De ce au nevoie aceste grupuri pentru a crește și a se dezvolta?
- Cine-i poate ajuta?

FIȘA PRACTICĂ**Fișe de rol****ROMA, din familie de țigani**

Sunt un băiat de 15 ani fără casă. În majoritatea zilelor mă poți găsi pe stradă cu unii din prietenii mei. Noi nu mergem la școală și toată ziua o petrecem căutând de mâncare sau bani pentru a cumpăra produse. Uneori cerșim, iar alteori facem unele servicii oamenilor pentru câțiva bănuți. Viața este periculoasă pe stradă - condițiile grele de trai și atitudinea negativă a trecătorilor din stradă, faptul că poliția se ia după mine, mă dau gata. În ciuda acestor condiții, simt că nu am unde să merg în altă parte. Eu cresc și încep să mă gândesc la viitorul meu. Foarte mult îmi doresc un serviciu și o familie.

GINA, dintr-o familie cu 3 fete

Sunt o adolescentă de 15 ani. În caz că nu știți, noi, fetele, avem foarte mult de suferit din cauza discriminării. În mai multe țări fetele duc o viață grea. Familia mea este de origine indiană și respectă tradițiile din India. Acolo fetele sunt impuse să se căsătorească conform voinței părinților. De obicei, acest lucru înseamnă să mergem și să lucrăm în casa soților noștri. În fiecare zi după școală, eu și cu sora mea trebuie să coasem maiouri ceea ce este foarte obositor și ne lasă fără timpul necesar pentru pregătirea temelor pentru acasă. Mulți ne cred, însă, lenoase și slabe la învățătură.

NICU, dintr-o familie ambulantă (care se deplasează dintr-un loc în altul fără a avea loc de trai permanent)

Sunt un veșnic călător. În comparație cu alții, familia mea locuiește într-un camion, călătorind dintr-o parte a țării într-alta. Noi avem un mod de trai foarte diferit de al celorlalți. Suntem diferiți, dar suntem tot cetățeni ai acestei țări, cu toate că uneori simțim că oamenii ne evită. Deseori stăm în partea neluminată a orașelor sau a satelor, unde practic nu există WC și apă. Alteori, stăm în locuri neautorizate din lipsă de condiții. Nu pot merge la școală și nici prietenii să-mi fac. Copiii de vârsta mea mă evită.

FIȘA PRACTICĂ

Fișe cu drepturi

Dreptul la egalitate	Dreptul de a fi protejat de consumul de droguri	Libertatea expresiei și a opiniei
Dreptul la familie	Dreptul la un nume și la naționalitate	Dreptul la informație
Dreptul la supraviețuire	Dreptul de a adera la un grup și de a se întruni atunci când hotărăște grupul	Dreptul la protecție împotriva violenței și a abuzului
Dreptul la asistență medicală	Dreptul de a merge la școală și de a învăța	Dreptul la identitate culturală și religioasă
Dreptul de a fi protejat împotriva exploatării economice	Dreptul la timp liber, la joacă și la odihnă	Dreptul de a primi asistență juridică

Legătura dintre drepturi

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să observe legătura dintre diferite drepturi și modul în care nerespectarea lor afectează viețile copiilor

Durata

30-35 minute

Materiale

fișa practică, varianta prescurtată a Convenției cu privire la Drepturile Copilului (CDC)

Desfășurare

Luăți în considerație că fiecare participant are dreptul la opinie.

1. Repartizați participanții în 6 grupuri.
2. Dați fiecărui grup câte o istorioară din fișa practică și varianta prescurtată a Convenției cu privire la Drepturile Copilului.
3. Rugați participanții să găsească pentru fiecare istorioară articolele care conțin drepturile încălcate, motivând legătura dintre istorioară și articol.
4. Odată ce au fost stabilite toate conexiunile posibile, grupul reunit discută legăturile remarcate.

Discutați cu participanții cazuri reale de încălcare a drepturilor lor.

UN EXEMPLU DE LEGĂTURĂ DINTRE DREPTURI

Familia mea locuiește departe de spital. Din această cauză nu am fost nici o dată vaccinat când eram mai mic. Acum am 8 ani și sunt bolnav de poliomielită.

Această istorioară demonstrează încălcarea articolului 24 din Convenție, dreptul copilului la standardul cel mai înalt posibil de sănătate și la acces la asistență medicală.

Se poate face legătură cu dreptul la educație (articolul 28), întrucât copilul nu a primit îngrijirea medicală adecvată, posibilitățile lui de a beneficia pe deplin de dreptul la educație pot fi limitate.

FIȘA PRACTICĂ

Istorieale ale copiilor

Am 15 ani și locuiesc într-un oraș. Mulți dintre prietenii mei miroase clei. Am încercat și eu, acum făcând-o aproape în fiecare zi. Deseori polițiștii ne alungă din locurile unde ne întâlnim.

Frații mei merg în fiecare zi la școală, dar eu sunt unica fiică și părinții au nevoie de ajutorul meu în treburile casnice. Deci, nu pot merge la școală. Am 7 ani.

Am 11 ani și merg în fiecare zi la școală. Când ajung acasă, îmi ajut părinții în afacerea lor (au un magazin) până seara. Apoi cinăm și eu spăl vasele, am grijă de fratele și sora mea mai mici în timp ce părinții își termină lucrul în prăvălie. După ce mezinii merg la culcare, încerc să-mi pregătesc temele, dar de obicei sunt prea obosită și adorm.

Am 6 ani și familia mea nu e prea avută. Locuim în 2 cămăruțe. Aducem apă de la aproape un km. Zilnic, după școală, împreună cu sora mea trebuie să aducem apă pentru necesitățile casnice. Noi suntem responsabili de aceasta pentru că părinții noștri se întorc de la serviciu foarte târziu.

Am început să lucrez la o fabrică de covoare câte 12 ore pe zi, de când aveam 9 ani. Acum am 12, iar patronul vrea să lucrez în fiecare zi, tot anul împrejur. Banii pe care i-aș câștiga ar ajuta familiei mele să cumpere ceva mai multe produse alimentare.

Am 10 ani, vorbesc limba părinților, buneilor, a rudelor și a întreg neamului nostru, din totdeauna. La școală nici unul dintre profesori nu cunoaște limba mea și nici mie nu îmi permit să o vorbesc. Spun că trebuie să o învăț pe a lor.

Târgul drepturilor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să reflecteze asupra importanței diferitor drepturi
- să participe la luarea deciziilor privind viitorul țării

Durata

60 minute

Materiale

fișa practică, fișe cu drepturi, coli de hârtie, fișe-bancnote, pixuri

Desfășurare

activitatea se va desfășura în două etape

Etapa I-a

Realizați un asalt de idei la întrebarea: Ce drepturi au copiii și ce drepturi credeți că ar mai trebui să aibă? Înscrieți toate răspunsurile pe o coală de hârtie sau pe tablă. Puteți folosi Convenția cu privire la Drepturile Copilului.

Exemple de răspunsuri

Dreptul la egalitate indiferent de rasă, religie sau naționalitate, la protecție pentru o dezvoltare normală; la un nume și o naționalitate; la hrană, cămin familial și asistență medicală; la asistență medicală specială pentru copiii cu dizabilități; la afecțiune, dragoste și înțelegere; la educație gratuită și la joacă; la protecție împotriva discriminării, neglijenței și exploatării; la creștere și dezvoltare în pace, toleranță și prietenie etc.

Etapa a II-a

1. Împărțiți participanții în 3-5 grupuri. Citiți cu voce tare sau repartizați fiecărui grup câte un exemplar al fișei practice. Acordați grupurilor câteva minute să discute cazul între ei.

2. Dvs. veți fi vânzătorul. Transcrieți pe fișe-bancnote drepturile înscrise pe coala de hârtie. Fiecare drept este pus în vânzare în ordinea pe care o doriți. Fiecare grup oferă o sumă anumită pentru dreptul propus de vânzător (cât dorește fiecare grup în parte). Grupul decide care drept să-l cumpere pentru a asigura un viitor mai bun țării noastre. La sfârșitul activității fiecare grup trebuie să aibă o listă a drepturilor cumpărate, așezate în ordinea importanței lor. Ex.: dreptul la educație = 5 unități monetare, dreptul la familie = 4 unități monetare, dreptul la libera exprimare = 3 unități monetare, dreptul la sănătate = 2 unități monetare etc.

3. Afișați listele fiecărui grup pe un panou în așa fel, încât să fie vizibile pentru toți. Studiați-le și analizați care grup a asigurat un viitor mai bun țării noastre.

Evaluare

- Cum credeți, este de ajuns să avem doar aceste drepturi?
- Cum s-ar schimba viitorul Moldovei, dacă aceste drepturi ar fi respectate?
- Care drepturi le-ați scris ca fiind cele mai importante?
- Care sunt alte drepturi care sunt la fel de necesare?
- Dacă ar lipsi unele dintre aceste drepturi, am trăi bine? De ce?
- Dacă ar fi să facem o listă comună a drepturilor, care ar fi aceasta?
- În comunitatea noastră fiecare se bucură de aceleași drepturi?

FIȘA PRACTICĂ

Sunteți cetățenii ai Republicii Moldova. Scopul vostru este să-i asigurați țării noastre cea mai sigură și corectă societate posibilă. Discutați și decideți care sunt cele mai importante drepturi pentru grupul vostru și care este ordinea lor. Aveți 10 minute pentru a decide care drepturi le veți cumpăra la târg. Dispuneți de 1500 unități monetare.

- Republica Moldova este o fostă republică sovietică care și-a câștigat **independența** în 1991.
- Moldova are o **populație** de aproximativ 4,5 milioane de oameni, dintre care X% sunt sub 30 de ani.
- Republica se confruntă cu o **instabilitate economică și politică** de la declararea independenței sale în 1991.
- X% din populație este plecată la **muncă peste hotare**, dintre care X% se află **illegal** pe teritoriul acelor țări.
- Mii de copii, ai căror părinți au plecat peste hotare, au rămas în îngrijirea bunicilor sau chiar pe stradă. Ei au fost **lipsiți de familie**.
- Republica Moldova este considerată **cea mai săracă țară** din Europa și cea de-a 113 țară săracă din lume.
- În țara noastră reprezentanți ai mai multor minorități naționale.
- În Moldova funcționează **Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului** și **Centrul Național de Resurse pentru Tineri** și alte organizații neguvernamentale.

Invazia

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă cum sunt respectate și protejate drepturile într-o societate
- să stabilească o listă a valorilor comune
- să-și exprime opiniile personale

Durata

30 minute

Materiale

hârtie, pixuri

Sugestii pentru facilitator

Pregătiți sala împreună cu grupurile formate din 4-6 persoane. Explicați-le că fiecare grup este o comunitate de persoane care trăiesc într-o țară în care valorile lor sunt împărtășite și susținute la nivel de stat.

Desfășurare

1. Rugați fiecare grup să elaboreze o listă cu valorile în care cred (ex.: a spune adevărul, a nu fura etc.). Spuneți grupului că țara lor a fost invadată și ocupată de o altă țară. Invadatorii au dat populației un șir de reguli care trebuie respectate. Ei insistă ca:

- toate valorile existente (lista de valori elaborată de grup) să fie anulate;
- oamenii de fapt să nu aibă valori;
- oamenii să facă tot ce le ordonă invadatorii.

2. Rugați fiecare grup să discute situația pe marginea întrebărilor:

- care dintre valorile grupului sunt atât de importante, încât invadatorii doresc să le anuleze?
- ce trebuie să facă ei pentru a-i convinge pe invadatori despre necesitatea respectării acestor valori? Acțiunile lor nu trebuie să contravină propriilor lor valori, de ex.: să excludă violența.

3. Fiecare grup își va prezenta răspunsurile în fața celorlalte grupuri. După prezentări, participanții discută aceste răspunsuri în grupul mare.

Evaluare

- Ce similarități sau diferențe există între răspunsurile diferitor grupuri?
- Cum s-au schimbat ideile voastre inițiale după ce ați auzit toate prezentările?
- Care este legătura dintre respectarea valorilor și respectarea drepturilor?
- Cine este responsabil de respectarea lor?
- Ce putem face ca să le respectăm?

Jocul empatiei

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să simtă "pe pielea lor" ce înseamnă încălcarea drepturilor
- să înțeleagă importanța respectării drepturilor și a responsabilităților fiecăruia

Durata

45 minute

Materiale

foi cu lipici de trei culori diferite, bomboane sau prăjituri, scaune

Concepte

empatie, toleranță, discriminare, includere, excludere

Desfășurare

Lipiți câte o fișă pe fruntea fiecărei persoane. Participanții cu fișe de aceeași culoare vor forma un grup, ex.: culoarea roșie pentru un grup, verde pentru altul, albastru pentru al treilea.

Această activitate se desfășoară în trei etape:

Etapa I-a:

Acordați grupului verde toată puterea. Ei au scaune pentru a sta confortabil și băutură sau mâncare gustoasă, ex.: ciocolată. Verzii ordonă roșilor să stea împreună cu nasurile lipite de un perete. Ei nu au voie să se uite împrejur sau să vorbească. Sunt total excluși din activitate. Între timp, verzii le ordonă albaștrilor, ex.: să sară într-un picior, să facă zece flotări, să numere în descresștere etc. Albaștrii trebuie să facă ceea ce le spun verzii (în limitele siguranței).

Etapa a II-a:

După câteva minute, opriți activitatea și schimbați rolurile.

Etapa a III-a:

Opriți din nou activitatea și schimbați iarăși rolurile, astfel încât fiecare grup să aibă posibilitatea să joace rolurile celor trei culori.

Evaluare

- Ce s-a întâmplat pe parcursul activității?
- Ce au simțit grupurile la fiecare etapă a activității?
- Ce își doreau să facă?
- Cum afectează deținerea puterii comportamentul oamenilor?
- Care drepturi au fost încălcate?
- Ce puteau face grupurile care erau asuprite?
- Cât de important este faptul să ne punem în pielea celui alt?

NOTA BENE!

Ghidați discuția spre tema nerespectării drepturilor, discriminării și prejudecăților în viața reală. Întrebați dacă participanții au trăit experiențe în care s-au simțit excluși sau discriminați?

Ce fac fetele și ce fac băieții

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă importanța respectării drepturilor tuturor în mod egal, indiferent de sex și identitate

Durata

60 minute

Materiale

coli de hârtie, marchere, lipici

Concepte

gen, sex, rol de gen, stereotip.

Desfășurare

1. Participanții vor forma 2 grupuri, conform sexului pe care-l reprezintă: fetele într-un grup, băieții în altul. Dacă aveți participanți de un singur sex, atunci un grup va trebui să reprezinte grupul de sex opus. Împărțiți fiecărui grup coli de hârtie și două afirmații asupra cărora trebuie să reflecteze:

Pentru băieți: **Pentru că eu sunt băiat, eu trebuie...**

Dacă aș fi fost fată, aș fi putut să...

Pentru fete: **Fiindcă sunt fată, eu trebuie să...**

Dacă aș fi fost băiat, aș fi putut să...

2. Cereți grupurilor formate să discute aceste afirmații și să înscrie răspunsurile pe foile lor. După 20 minute fiecare grup își prezintă pe rând lucrul efectuat. După ce s-au făcut prezentările, inițiați o discuție.

Evaluare

- Cum sunt răspunsurile unui grup față de altul? Au asemănări / deosebiri?
- Care sunt asemănările și deosebirile dintre rolurile fetelor și cele ale băieților?
- Fetele și băieții participă în mod egal la luarea deciziilor în societate?
- Cum societatea impune unele roluri pentru femei și unele pentru bărbați?
- Cum credeți, femeile au aceleași drepturi ca și bărbații? Dacă da, atunci se bucură de ele pe deplin? Dacă nu, de ce?
- Cum putem să influențăm respectarea drepturilor tuturor în mod egal în comunitatea noastră?

Ce drepturi și responsabilități au copiii?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și evalueze cunoștințele în domeniul drepturilor copilului
- să se distreze și să petreacă timpul lor liber

Durata

25-30 minute

Materiale

fișe cu drepturi și responsabilități, eșarfă de legat ochii

Desfășurare

1. Distribuți fiecărui participant o fișă cu un drept și o fișă cu o responsabilitate. Aranjați participanții în formă de cerc.
2. Chemați un voluntar în mijlocul cercului și legați-i ochii. Explicați că cei ce formează cercul vor trebui să strige, câte unul, fie dreptul său, fie responsabilitatea sa. Cel din mijlocul cercului va trebui să ghicească fie dreptul corespunzător responsabilității strigate, fie responsabilitatea ce rezultă din dreptul numit. Dacă ghicește, se schimbă cu locul cu cel care și-a spus numele.
3. Continuați activitatea până când toți participanții își citesc ambele fișe și până toți trec în mijlocul cercului.

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Ce concluzii ne putem face în urma acestei activități?
- Pentru ce trebuie să ne cunoaștem drepturile? Dar responsabilitățile?
- Care din aceste drepturi și responsabilități sunt sau nu sunt respectate de noi? Dar în școală, în societate?

Drepturi în clasă

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să elaboreze un regulament al grupului care va oglindi drepturile și responsabilitățile membrilor

Durata

60 minute

Materiale

diverse materiale pentru aplicații/ desen: hârtie colorată, hârtie de desen, carioca, creioane colorate

Concepte

drept, responsabilitate.

Desfășurare

1. Discutați cu întreg grupul de participanți de ce are nevoie fiecare dintre ei ca să se simtă în siguranță, să fie protejat în grupul din care face parte (clasă). În perechi, solicitați participanților să înscrie ideile în foile de lucru, apoi împreună cu o altă pereche să elaboreze o listă comună.
2. În grupul mare propuneți participanților să scrie pe o foaie (tablă) drepturile care apar în listele lor și pe alta - responsabilitățile. Dacă membrii grupului consideră că listele nu sunt complete, le pot completa cu alte drepturi și responsabilități care nu au fost menționate, dar necesare să fie respectate în grupul lor.
3. În grupuri formate a câte 5 persoane, propuneți participanților să ilustreze prin desen/colaj cum ar influența asupra grupului lor respectarea drepturilor și a responsabilităților din listele elaborate de ei. Aveți grijă ca grupurile să reprezinte diferite drepturi și responsabilități.
4. După prezentarea colajelor, discutați cu participanții cum ar arăta lucrările elaborate de ei dacă și-ar asuma riscul să nu respecte anumite drepturi și responsabilități. Acest lucru ar putea provoca anumite schimbări în grup? Ce fel de schimbări?

Evaluare

- Credeți că având un asemenea regulament în grup, sunteți mai protejați, mai siguri pe voi? De ce da/nu?
- Cum ar fi bine să fie elaborat un regulament? Cine participă la elaborarea lui?
- De ce este nevoie de regulament?
- Ce riscuri pot apărea în elaborarea și respectarea/herespectarea regulamentului?

Cine te ajută?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice rolurile care există în comunitatea lor
- să enumere responsabilitățile fiecărui rol

Durata

30-35 minute

Materiale

fișe, hârtie și creioane, o coală mare de hârtie (opțional)

Desfășurare

Contribuiți la menținerea unei atmosfere confortabile vorbind cu amabilitate, atenție, respect. Acest lucru va promova unitatea și deschiderea. Valorificați și luați în considerare contribuțiile tuturor participanților, nu minimalizați nici una. Nu evaluați până nu ați adunat suficiente informații.

1. Realizați o furtună de idei despre diferitele „roluri” care există în școală, localitate etc. Atenție! În diferite școli „rolurile” variază.
2. Formați perechi. Fiecărei perechi repartizați câte o fișă pe care e înscris un „rol”. Explicați că participanții trebuie să stabilească responsabilitățile conform rolului pe care îl au. De exemplu:

Supraveghetorii terenurilor de joacă:

- ajută profesorii, supraveghind elevii în timpul pauzei de masă;
- ajută elevii, organizând jocuri pentru ei;
- ajută personalul de serviciu, păstrând curățenia pe terenurile de joc etc.

Asistenții medicali:

- ajută elevii, îngrijindu-i dacă s-au rănit sau dacă nu se simt bine;
- ajută profesorii, chemând părinții copilului bolnav etc.

Elevii:

- ajută personalul de la bucătărie eliberând mesele de farfurii;
- ajută profesorii, pregătind materiale ilustrative;
- ajută personalul de serviciu, ridicând hârtiile de la podea etc.

3. Elaborați un joc pe roluri fără a preciza cine anume este persoana care ajută. Rolul celorlalți participanți este să ghicească cine este reprezentat.

Variante

Participanții urmează aceeași metodă pentru a studia interdependența în alte grupuri și în alte situații, cum ar fi în familie, în cercul lor de prieteni, într-un proiect local, în satul sau orașul lor.

Evaluare

- Ce ați observat în relația dintre diferite grupuri din școală?
- Există oare grupuri de oameni care ajută mai des decât sunt ajutați? Cine sunt ei și de ce?
- Ce „rol” au elevii în comunitatea școlară?
- V-ar plăcea să schimbați ceva în „rolul” elevilor? Ce anume și de ce?

Eu și comunitatea mea

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să aplice Convenția cu privire la Drepturile Copilului în viața comunității lor
- să comunice în grup
- să participe la luarea deciziilor cu privire la viața lor în comunitate

Durata

60 minute

Materiale

cărți, broșuri, pliante cu informații despre temele pe care grupurile le vor prezenta, fișa practică

Sugestii pentru facilitator

Pregătiți în prealabil fișe cu denumirea funcției pe care va trebui s-o îndeplinească grupul (vedeți fișa practică).

Desfășurare

1. Organizați participanții în grupuri a câte 4-5 persoane și repartizați fiecărui grup câte o fișă cu o instituție. Explicați participanților că fiecare grup va trebui să elaboreze un plan de acțiuni cu pași concreți prin care instituția reprezentată de ei ar asigura respectarea drepturilor copilului în comunitate. Oferiți grupurilor 30 de minute pentru a-și pregăti planul, utilizând materialele repartizate.

2. Stimulați participanții să fie cât mai creativi, visători. Pot include acțiuni ce țin de viața și activitățile în care sunt implicați și alte activități pe care ar dori să le practice. Explicați-le că planul de acțiuni nu trebuie să fie neapărat unul real, ci imaginar. De asemenea, spuneți participanților că planurile elaborate de ei trebuie să reprezinte drepturile și interesele tuturor copiilor și tinerilor din comunitate.

3. Când planurile sunt gata, invitați grupurile să le prezinte. Inițiați discuția folosind întrebările de la evaluare.

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Cum a fost să luați unele hotărâri? De ce?
- Cât de reale sunt planurile voastre de acțiuni?
- Ce altceva mai pot adăuga celelalte grupuri?
- De ce este important ca și voi să participați la luarea deciziilor în ceea ce privește acțiunile pentru copii și tineri în vederea respectării drepturilor lor?

FIȘĂ PRACTICĂ

Școală

Grup de inițiativă /organizație nonguvernamentală

Grădiniță

Spital

Asociație agricolă

Casă de cultură

Primărie

Societatea ideală

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să creeze o bună atmosferă de grup
- să reflecte asupra mecanismelor opresiunii, discriminării și excluderii

Durata

30-35 minute

Materiale

2 baloane pentru fiecare participant, câte 2 bucăți de ață (cam de 50 cm lungime) pentru fiecare participant, carioca și creioane, fișe cu lipici, tablă

Desfășurare

Această activitate necesită spațiu suficient de mare, pentru aceasta puteți să o organizați atât afară, cât și într-o încăpere care să fie eliberată de scaune sau de mese.

1. Propuneți participanților să reflecteze în mod individual timp de un minut asupra societății în care le-ar place să trăiască și apoi să identifice una sau două caracteristici ale acelei societăți.
2. Rugați să scrie cele două caracteristici pe fișe cu lipici și apoi, una câte una, să le lipească pe tablă.
3. Cereți fiecărui participant să se gândească la două obstacole ("lanțuri") care îi împiedică să îndeplinească cele două caracteristici ale societății lor ideale.
4. Distribuți carioca și dați fiecărui participant două baloane și două fire de ață; spuneți-le să umfle baloanele și să scrie pe ele cu litere mari cele două obstacole care îi împiedică să trăiască în societatea lor de vis.
5. Mergeți în jurul cercului și cereți fiecărei persoane pe rând să citească cele două cuvinte pe care le-au scris pe baloane.
6. Spuneți grupului că are posibilitatea să rupă „lanțurile”. Fiecare persoană trebuie să-și lege câte un balon de fiecare gleznă. Când toată lumea e gata, explicați-le că pentru a înlătura barierele trebuie să sară pe baloane pentru a le sparge.

Evaluare

Începeți discuția întrebând participanții dacă le-a plăcut activitatea și ce gândesc. Continuați cu întrebări ca:

- Ce anume determină ca obstacolele, "lanțurile" care ne „leagă”, să fie atât de grele? De unde se iau acestea?
- Vă gândiți că sunt oameni care poartă mai multe "lanțuri" decât alții?
- Cine sunt ei?
- Putem face ceva ca să-i ajutăm să-și rupă "lanțurile"?

Planificarea timpului liber

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să participe la organizarea timpului liber al semenilor din comunitate
- să practice colaborarea cu adulții
- să acționeze conform Convenției cu privire la Drepturile Copilului

Durata

45 minute

Materiale

hârtie, pixuri

Desfășurare

Pregătiți sala ca pentru o întrunire a unor reprezentanți ai comunității locale care planifică deschiderea unui centru comunitar de agrement.

1. Divizați participanții în 2 grupuri. Un grup va juca rolul adulților din comunitate, celălalt grup va juca rolul tinerilor.
2. Rugați primul grup („adulții”) să planifice un șir de activități care ar fi potrivite pentru copii/tineri în cadrul centrului. Rugați-i să facă o listă cu echipamentul necesar. Mai apoi să planifice niște activități pentru tineri în cadrul centrului.
3. Rugați celălalt grup, care joacă rolul tinerilor din comunitate, să facă o listă de activități care ar fi potrivite pentru adulți în cadrul centrului și o listă cu echipamentul necesar. Apoi propuneți-le să planifice un șir de activități pentru adulți în cadrul centrului.
4. Rugați ambele grupuri să prezinte ideile lor: mai întâi listele cu activități și echipamente pentru tineri, iar apoi – pentru adulți.
5. După ce ideile lor au fost prezentate, împărțiți din nou participanții în grupuri mixte mai mici, în care ar fi reprezentați și tinerii și adulții. Fiecare grup va trebui să decidă asupra priorităților pentru noul centru. Ei trebuie să facă o listă a priorităților.

Sugestii pentru facilitator

Această activitate poate demonstra cum, adesea, tinerii sunt excluși de la luarea deciziilor care îi afectează. Discutați activitatea. Aceasta poate fi desfășurată cu un grup mixt de tineri și adulți (de exemplu: elevi și profesori, educatori din școală). Grupurile formate sunt de asemenea mixte. Astfel că tinerii vor avea posibilitate să fie în rolul adulților și adulții să fie în rolul tinerilor.

Evaluare

- Cum a fost să luați deciziile privind timpul liber al adulților/tinerilor?
- Au existat similități sau deosebiri majore între viziunile adulților și cele ale tinerilor?
- Cum au fost luate deciziile asupra priorităților?
- Au fost ascultate și luate în considerare toate opiniile?
- Este important ca tinerii să participe la luarea deciziilor cu privire la organizarea timpului lor liber? De ce? (Rugați reprezentanții grupului de tineri să aducă exemple de situații din timpul activității în care ei, ca tineri, nu au fost consultați în privința deciziilor luate și exemple de situații în care ei au fost consultați).
- Sunt reale aceste cazuri?
- În ce măsură tinerii participă la luarea deciziilor alături de adulți?
- Ce pot face copiii/tinerii ca să fie ascultați și consultați la luarea deciziilor cu privire la organizarea timpului liber?

Cum să cheltuim banii?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să-și dezvolte abilitățile necesare unui proces democratic de luare a deciziilor
- să chibzuiască asupra necesităților personale și familiale și la modul de stabilire a priorităților
- să-și dezvolte simțul responsabilității și al echității

Durata

90 minute

Materiale

copiile fișelor (câte un set pentru fiecare grup), plicuri (câte unul pentru fiecare grup), foarfece, clei, coli de hârtie, copia fișei „Rolul părintelui”

Concepte

drepturi, necesități, securitate, pace, echitate, decizii

Desfășurare

În acest exercițiu sunt utilizate fișe pentru discutarea în grupuri mici a bugetului familial. Activitatea conține și elemente ale jocului pe roluri. Sunt discutate următoarele probleme: diferența dintre dorințe și necesități, cheltuielile statale și militarizarea, posibilitățile existente în timp de pace.

Drepturile discutate: drepturile sociale și economice, ca dreptul la protecția sănătății, la hrană și educație, dreptul de a trăi într-un mediu sănătos și curat, dreptul la securitate.

Până la începutul activității alegeți în mod secret un participant pentru rolul de „părinte deosebit” în una din familii. Spuneți-i că trebuie să nu destăinuie rolul lui și dați-i fișa cu „Rolul părintelui”. Trebuie să fie un singur „părinte deosebit” și doar într-o singură familie / grup.

1. Explicați participanților că vor lucra în grupuri mici, fiecare grup va fi o familie distinctă. Scopul fiecărei familii este de a alcătui un buget familial pentru o lună.

2. Împărțiți participanții în grupuri mici (este bine ca fiecare grup să fie alcătuit din maximum 5 persoane). Fiecare grup trebuie să fie compus din tată, mamă și copii. Rugați participanții să discute cine și ce rol va juca și să inventeze un nume pentru familia lor.

3. Dați fiecărui grup plicul cu fișe și o foaie mare.

4. Explicați că pe fișe sunt scrise denumiri de obiecte și de lucruri care pot fi incluse în bugetul familiei în luna următoare. Doar aceste obiecte și lucruri pot fi puse în discuție. Prețul este scris pe fișă și nu poate fi modificat.

5. Bugetul familial constituie 10.000 (zece mii) unități bănești. Fiecare familie trebuie să aleagă ce va include în buget și ce nu.

6. Explicați că bugetul trebuie adoptat în urma unui proces democratic. Participanții trebuie să încheie fișele pe foaia mare și aceasta, ulterior, pe perete.

7. Grupurile au la dispoziție 20 min. pentru a lua decizia și pentru a pregăti foile.

8. Timp de zece minute participanții pot să se plimbe ca să vadă diferite bugete și să se gândească care dintre ele este cel mai bun și care nu.

9. Organizați o discuție în plen.

Evaluare

Rugați fiecare grup să comenteze activitatea. Utilizați următoarele întrebări pentru a continua discuția:

- În ce mod familia a alcătuit bugetul? A fost făcut într-un mod democratic?
- Ce criterii au fost utilizate când au fost luate deciziile?
- Cum au fost balansate necesitățile legate de hrană, locuință, haine cu necesitățile legate de securitate și de odihnă?
- Cum se simțeau participanții când considerau un anumit obiect sau lucru important, iar ceilalți membri ai familiei votau împotriva și obiectul respectiv nu era inclus în buget?
- Care bugete au fost alcătuite mai bine și care nu? De ce?
- Există paralele între bugetele familiale și bugetele statelor? Putem să le comparăm?
- Care liste reflectă mai bine bugetul de stat?
- Care liste reflectă ideal bugetul de stat?
- Ce cred participanții despre bugetele de stat existente și despre fondurile repartizate pentru înarmare și întreținerea armatei?
- De ce statele din întreaga lume cheltuiesc atât de mulți bani pentru înarmare?
- Care sunt consecințele unor asemenea repartizări ale cheltuielilor pentru drepturile economice, sociale, dreptul la un mediu sănătos?
- Cum putem schimba situația? A auzit cineva despre „dezarmare” și despre „fondul de demilitarizare”? Dacă nu, atunci cum credeți, de ce nu există informații suficiente despre aceasta la știri?

Sugestii pentru facilitator

Tradițiile familiale sunt diferite în diferite țări. De aceea, participanții pot include în familiile sale bunelul, bunica sau alte rude.

Rolul „părintelui deosebit” are 2 scopuri: **în primul rând**, pentru a provoca discuții, în special, în țările cu tradiții vechi democratice; **în al doilea rând**, pentru a asigura existența diferitor bugete care ar putea fi discutate și comparate. Trebuie să știți că ceilalți membri ai familiei pot să se supere și să se certe cu „părintele deosebit” din cauza comportamentului acestuia. Ei s-ar putea simți confuz, deoarece nu știu că acesta este un joc pe roluri. Este important să vă gândiți la problemele posibile în această familie și dacă este nevoie să vă implicați. Încercați să faceți așa ca echipa să continue activitatea și nimeni să nu observe că unul din participanți joacă în conformitate cu un rol dinainte stabilit. Dacă considerați că rolul specific nu va fi unul „lucrative”, atunci puteți să nu includeți acest element. Puteți schimba lista obiectelor dacă nu reflectă realitatea.

FIȘĂ PRACTICĂ

Hrană (2000)

Jucării și jocuri (200)

Achitarea facturii pentru consumul de apă (200)

Sistem de semnalizare pentru casă (1500)

Plata lunară pentru activitățile sportive (300)

Taxa pentru școală (2000)

Calculator (800)

Loterie (100)

Repararea și renovarea casei (400)

Automobil nou (4000)

Haine (400)

Hrană pentru animale (100)

Vacanță în tabăra de odihnă pentru copii (200)

Câine de pază dresat (400)

Achitarea facturii pentru curentul electric (200)

Transport (combustibil, bilete de autobuz, tren) (400)

Week-end într-o casă de vacanță la plajă (400)

Cadou mamei de ziua de naștere (400)

Repararea mașinii de spălat (200)

Achitarea costului locuinței închiriate (2500)

Armă personală (400)

Unelte de pescuit (200)

Tehnică nouă pentru casă (100)

Medicamente (300)

Un model nou de jilț (700)

Lecții de autoapărare pentru mamă și fiică / fiice (300)

Odihnă (cinematograf, teatru, parc de distracții etc.) (200)

Rechizite școlare necesare pentru o lună (300)

Ajutor material bunelului și bunicii sau altor rude (200)

**Obiecte pentru securitatea personală
(armă cu gaz, cu șoc electric etc.) (400)**

Cină în restaurant cu familia (100)

Achitarea facturii pentru telefon (300)

Sistem de semnalizare pentru automobil (300)

Asigurarea medicală pentru toată familia (1000)

Fișa „ROLUL PĂRINTELUI”

Tu lucrezi și câștigi banii cu care întreții familia, de aceea crezi că ai mai multe drepturi de a decide cum trebuie cheltuiți banii decât soția / soțul și copiii. La urma urmelor, banii îi aduci tu!

Ești sigur că cea mai mare problemă existentă în orașul vostru este lipsa ordinii de drept. Astăzi pericolul urmărește oamenii la fiecare pas! De aceea securitatea familiei tale, a casei și a proprietății este o prioritate.

3.4 Dezvoltarea pentru sănătate

Educația pentru sănătate se axează pe însușirea de către copii și tineri a comportamentelor asertive și responsabile pentru protejarea sănătății proprii și a semenilor. Deprinderile de autoanaliză, comunicare, relaționare interpersonală eficientă, luare de decizii, soluționare de probleme, gândire critică, control al emoțiilor sunt esențiale pentru sănătatea și integrarea socială a fiecărui om.

Dezvoltarea pentru sănătate reprezintă o abordare pentru crearea sau menținerea stilurilor de viață și a condițiilor sănătoase pentru dezvoltarea cunoștințelor, atitudinilor și, mai ales, a deprinderilor, folosind o gamă variată de experiențe de învățare.

Utilizând activitățile din acest capitol veți ajuta copiii și tinerii:

- să cunoască pericolele ce le pot amenința securitatea personală și a altora, precum și persoanele care îi pot ajuta
- să practice deprinderi necesare pentru un mod sănătos de viață
- să manifeste grijă față de propria sănătate și sănătatea altor persoane

Copiilor și tinerilor li se propune să cunoască care sunt modalitățile de menținere a igienei personale, a locuinței și a spațiului de lucru. Pentru a facilita comunicarea între semeni și între generații este importantă cunoașterea schimbărilor fiziologice și psihologice în procesul dezvoltării organismului și folosirea adecvată a limbajului sexualității. Pe lângă capacitatea de autocontrol și protecție cu care suntem învestiți prin naștere, viața ne expune unor riscuri ca consumul de alcool, droguri, infectarea cu ITS, HIV/SIDA. Copiii și tinerii vor putea să exerseze situații, comportamente pentru a face față influențelor și presiunilor legate de riscurile enumerate mai sus.

Realizând activitățile propuse în cadrul acestui capitol, copiii și tinerii vor însuși informații utile și practice, vor reuși să facă alegeri privind prevenirea sau minimalizarea riscurilor ce țin de propria sănătate. Adoptând comportamente responsabile față de sine, de semeni, familie și comunitate în întregime, participanții vor avea o atitudine deschisă față de persoanele HIV infectate, persoanele cu dizabilități și cele supuse altor riscuri psihosociale. Vor fi capabili să ia decizii cu privire la propria sănătate și la sănătatea altora, să comunice asertiv despre necesitățile, grijile legate de sănătate, să stăpânească riscuri și să facă față schimbărilor.

În doi

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să numească schimbările fiziologice și emoționale care se produc în organismul uman de la copilărie la maturitate
- să găsească deosebiri între schimbările fiziologice și cele emoționale

Durata

50 minute

Materiale

fișe colorate, coli de hârtie, pixuri, creioane

Concepte

organism, schimbări fiziologice, schimbări emoționale, copilărie, pubertate, adolescență, organe genitale, adrenalină, dragoste, maturizare, acnee, complexe, fantezii erotice

Desfășurare

1. Organizați un asalt de idei despre schimbările din organismul uman de la copilărie la maturitate. Fiecare participant ia fișe pe care scrie câte o idee și le fixează pe tablă. Ajutați participanții să clasifice în două grupuri: schimbări fiziologice și emoționale.
2. Uniți participanții în două echipe cu număr egal de membri. Un grup va lucra cu domeniul schimbărilor fiziologice, iar alt grup – al schimbărilor emoționale. În cadrul echipelor fiecare participant își alege câte o fișă cu schimbarea din domeniul cu care aparține grupului.
3. În fiecare echipă copiii se numără și își memorizează cifra.
4. În centrul sălii se pune un poster pe podea.
5. Anunțați pe rând câte o cifră.
6. Persoanele cu acest număr din ambele echipe se întâlnesc la poster și desenează ceea ce este scris pe fișa lor. Fiecare trebuie să ghicească ce schimbare a desenat celălalt. Au dreptul să adreseze întrebări și să răspundă prin Da și Nu.
7. Când ambii au ghicit care este schimbarea reprezentată de partener, fiecare ia loc în echipa opusă (participantul cu schimbări fiziologice merge în echipa cu schimbări emoționale și invers). Își iau altă fișă cu o schimbare din domeniul echipei în care se află acum, iar dacă nu mai sunt fișe cu schimbări își notează singuri o schimbare.
8. Jocul continuă până când sunt ghicite toate schimbările de pe fișe.

Evaluare

- Cum vă simțiți?
- Care este deosebirea între schimbările fiziologice și cele emoționale?
- Care schimbări v-a fost ușor să le desenați? Dar care vi s-au părut mai dificil de reprezentat?
- Ce ați aflat nou despre organismul uman?
- Cum reacționați la apariția unor schimbări în organismul vostru?
- Ce considerați că este o reacție normală la schimbările de acest ordin?
- Ce propuneți pentru a ușura acceptarea de sine a adolescenților?

Mesaje pentru noi

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să învețe reguli de prevenire a infecțiilor
- să formuleze consecințele respectării și nerespectării acestor reguli

Durata

30 minute

Materiale

fișa practică (câte o fișă pentru fiecare pereche), foi, pixuri pentru toate perechile.

Desfășurare

1. Cereți participanților să formeze perechi. În cadrul perechilor un participant va avea rolul A, iar celălalt - rolul B.
2. Din timp pregătiți o cutie cu mesajele din fișa practică, tăiate aparte.
3. Perechile extrag câte un mesaj. Timp de câteva minute A scrie trei enunțuri despre ce ar fi dacă ar respecta mesajul de pe foiță, iar B scrie trei enunțuri despre ce ar fi dacă nu l-ar respecta.
4. Când toți au scris enunțurile, se întâlnesc câte două perechi și pe rând A și B din ambele perechi citesc punctele lor de vedere.
5. Apoi se vor face prezentări în grupul mare. Încurajați participanții să completeze listele colegilor cu alte enunțuri – despre consecințele respectării sau nerespectării mesajelor.

Evaluare

- Cum v-ați simțit la fiecare etapă de lucru?
- Cum credeți, care sunt mesajele formulate pozitiv și care sunt mesaje formulate negativ?
- Care dintre ele sunt mai importante pentru un mod sănătos de viață?
- Care sunt riscurile cu care v-ați confruntat în realitate nerespectând măsurile scrise pe aceste foi?
- Cum ați depășit aceste situații?
- Ce deprinderi vă ajută de obicei să vă simțiți protejați?

FIȘĂ PRACTICĂ

Reguli pentru prevenirea infecțiilor

Spălați-vă pe mâini înainte de masă.



Acoperiți gura când tușiți sau strănutați.



Spălați-vă pe mâini înainte de prepararea alimentelor.



Stați acasă dacă sunteți bolnav.



Nu consumați apă care nu a fost tratată (corespunzător).



Nu consumați carne crudă sau care nu a fost preparată în modul corespunzător.



Pentru spălatul mâinilor folosiți săpun și apă curgătoare.



Frecați mâinile cu putere.



Spălați toate suprafețele, inclusiv: dosul mâinilor, încheieturile, sub unghii.



Clătiți bine mâinile.



Uscați mâinile cu un șervet.



“Meniul călător”

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să alcătuiască un meniu pentru o alimentare sănătoasă

Durata

30 minute

Materiale

foi și pixuri pentru fiecare participant, fișe

Concepte

alimentație sănătoasă, regim alimentar, menținerea greutateii în limite rezonabile, folosirea moderată a produselor zaharoase, fructe, legume, pâine și cereale, lapte, carne, vitamine, proteine, glucide, calorii.

Desfășurare

1. Realizați un asalt de idei folosind fișe pe care participanții scriu câte un produs alimentar necesar organismului uman pentru o zi. Fișele scrise se lipesc pe perete. Grupați-le în categoriile: lactate, carne și înlocuitorii ei, legume și fructe, paste făinoase, dulciuri. Spuneți participanților să memoreze categoriile în care se includ produsele numite.
2. Repartizați fiecărui participant câte o fișă cu câte un produs din cele enumerate.
3. Fiecare participant își face pe o foaie „pașaportul” produsului scris pe fișa primită. În „document” include informații despre originea produsului, condițiile de păstrare, cantitatea necesară pentru o zi, cantitatea de calorii pe care o conține, țara în care se produce, funcția lor în organism.
4. Spuneți participanților că vor merge într-o călătorie cu trenul. Vor avea de trecut prin cinci stații: dejun, gustare, prânz, chindii, cină. Pentru fiecare stație vor avea nevoie de câte un cupeu ce reprezintă meniul pentru masa anunțată la stația respectivă.
5. Desenați pe podea calea ferată pe care sunt marcate orele meselor de peste zi. Fiecare masă reprezintă o stație cu denumirea respectivă (7.30 – „dejun”, 10.30 – „gustare”, 13.00 – „prânz”, 16.00 – „chindii”, 19.00 – „cină”).
6. Anunțați pe rând stațiile, adică mesele. Pentru fiecare stație se formează câte un cupeu de participanți, în care se includ produsele necesare pentru masa respectivă. Aveți grijă ca toți copiii să se includă măcar la una din stații.
7. Fiecare grup reprezintă pe o coală de hârtie modul în care combină produsele și le prepară pentru a fi consumate.
8. Grupurile prezintă ceea ce au realizat.

Evaluare

Discutați despre rolul fiecărei categorii de produse alimentare și modul în care pot fi combinate pentru un regim sănătos.

Casă nouă

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să numească obiectele necesare pentru amenajarea locuinței
- să se gândească la modalitățile de îngrijire a locuinței

Durata

30 minute

Materiale

foi, pixuri, plicuri

Concepte

locuință, îngrijirea locuinței, confort, amenajarea locuinței

Desfășurare

1. Colectați din timp imagini din reviste, selectați materiale despre amenajarea locuinței. Propuneți copiilor să contribuie și ei la colectarea unor asemenea materiale. Faceți o expoziție cu acestea. Discutați despre ceea ce au văzut în materialele adunate.
2. Veți continua activitatea propunând-le participanților să se gândească la obiectele necesare pentru amenajarea unei locuințe. Discutați despre regulile amenajării unor spații specifice din casă. Solicitați fiecărui participant să aleagă un obiect care servește la amenajarea locuinței cu care se identifică. Prin gesturi arată care este obiectul și unde îl plasează în cadrul camerei. Ocupă locul unde l-a plasat și rămâne acolo până toți își reprezintă obiectul.
3. Se revede imaginea camerei și copiii își spun părerea despre aranjarea obiectelor. Dacă este necesar, participanții spun cu ce ar mai dori să completeze camera.
4. Distribuți fiecărui participant câte o foaie și un pix și sugerați-le scriu un bilețel cu recomandările de îngrijire a acestui obiect de către stăpânul casei imaginare.
5. Cine dorește, citește bilețelul. Facilitatorul adună toate bilețelele, le pune în plicuri și la sfârșitul sesiunii scrie toate ideile de pe bilețele pe poster, alcătuind Regulamentul de îngrijire a locuinței.

Evaluare

- Cum v-ați simțit identificându-vă cu un obiect necesar unei camere de locuit?
- Care cameră v-ați gândit să o amenajați?
- A fost nevoie pe parcurs să vă schimbați obiectul? De ce?
- Care sunt recomandările de îngrijire care le-ați învățat la această activitate?
- Cum procedați în viața cotidiană când doriți să amenajați o cameră sau propriul loc de muncă?

Itinerar

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să arate transformările produse de consumul de alcool, droguri, tutun și de îmbolnăvirea cu HIV/SIDA în organismul uman

Durata

40 minute

Materiale

cetă carioca sau creioane pentru fiecare participant

Concepte

alcool, schimbări fiziologice, imunitate, organism uman

Desfășurare

Activitatea se desfășoară cu un grup informat despre consecințele consumului de substanțe sau pătrunderii virusilor în organismul uman.

1. Împărțiți participanții în 4 grupuri. Fiecare grup desenează pe podea figura unui om în dimensiunea lui reală. Dați grupurilor câte o temă:

1. droguri, 2. alcool, 3. tutun, 4. HIV/SIDA.

2. Grupurile desenează pe această figură drumul parcurs de substanță sau de virus odată ajuns în interior. Se implică toți participanții, astfel încât fiecare desenează câte o porțiune a drumului. Este important să arate prin diferite simboluri ce se întâmplă în anumite părți ale organismului sub influența acestor substanțe sau a virusului.

3. Fiecare grup prezintă colegilor desenul, argumentând fiecare element din imagine.

Evaluare

- Ce părere aveți despre drumurile trasate de alte grupuri?
- Cum puteți clasifica transformările pe care le-ați notat?
- Care sunt urmările generale pentru organismul uman?
- Ce nu ați reușit să redați prin desen, dar ați dori să completați verbal?
- Este o imagine reală? De ce?

Atenție! Virusul...

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să analizeze căile de transmitere a virusilor
- să prevadă consecințele infectării cu virus pe o anumită cale

Durata

60 minute

Materiale

hârtie, pixuri.

Desfășurare

1. Începeți o discuție despre faptul că virusul este o particulă mică, invizibilă care afectează celulele. De obicei, acesta se află într-un organism, numit purtător, și poate ușor trece, printr-o anumită cale de răspândire, într-un alt organism infectat.
2. Realizați un asalt de idei pe tablă despre bolile transmise prin virusi.
3. Clasificați exemplele în dependență de căile de transmitere. Dacă este nevoie, completați lista pentru a avea exemple pentru toate căile de transmitere.
4. Formați 6 grupuri și fiecare își alege una dintre căile de transmitere. Grupurile alcătuiesc câte un poster pe care reprezintă trei elemente importante: caracteristici ale organismului purtător, caracteristici ale organismului infectat și situații, împrejurări în care este posibil să se transmită virusul.

Informații utile pentru facilitator

Exemple de răspândire a bolilor:

- **Pe cale aeriană** – o persoană infectată tușește sau strănută răspândind germenii în aer, iar o altă persoană îi inspiră. În acest mod se transmite tuberculoza, rujeola și guturaiul.
- **Pe cale sangvină** – sângele unei persoane infectate pătrunde în circulația sangvină a altei persoane prin transfuzie sau prin folosirea în comun a acelor de seringă. În acest mod se răspândesc boli cum sunt hepatita B, HIV/SIDA.
- **Contact direct** – o persoană cu o boală de piele o poate răspândi prin contact direct cu pielea altei persoane. În acest mod se răspândesc boli, cum ar fi impetigo (o boală inflamatorie provocată de o bacterie și caracterizată de apariția unor cruste pe piele).
- **Fecală-orală** – materiile ficale ale unei persoane infectate conține germenii bolii care contaminează alimentele sau apă ingerate de alte persoane. În acest fel se transmit boli cum sunt hepatita A și multe forme de inflamații ale stomacului și ale intestinelor.
- **Sexuală** – germenul este transmis de la o persoană la alta prin contact sexual. În acest fel se răspândesc gonoreea, sifilisul, hepatita B și HIV.
- **Prin vectori purtători** – un țânțar sau o altă insectă înțeapă o persoană infectată și poartă germenii spre o altă persoană pe care o înțeapă. În acest fel se răspândește malaria.

Evaluare

- Cum v-ați simțit în timpul activității?
- Care au fost momentele dificile?
- Ce ați învățat din experiența personală și ce ați învățat din experiența colegilor?
- Ce atitudine aveți față de purtătorii de virus? Dar acum?
- Cine credeți că este responsabil pentru evitarea situațiilor de risc?
- Ce sfaturi ați da persoanelor care sunt potențiale victime?

Pânza

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice consecințele fumatului
- să exprime gânduri pozitive pentru o persoană fumătoare

Durata

30 minute

Materiale

un fir de ață lung

Concepte

tutun, consecințe de scurtă și de lungă durată, gânduri pozitive

Desfășurare

1. Discutați cu participanții cum influențează tutunul, bolile infecțioase asupra modului de viață al oamenilor, cum limitează capacitatea de a gândi, de a decide, de a participa activ la viața socială.

2. Invitați un participant să joace rolul persoanei vulnerabile care se expune riscului recurgând la comportamente vicioase, de exemplu fumatul. Acest participant se așează în centru, iar restul se așează în jurul persoanei prinsă în capcana riscului și încep să discute despre consecințele fumatului asupra organismului uman. La fiecare daună participantul din centru se înfășoară o dată în „pânza de păianjen” (adică cu firul de ață).

3. Când participantul din centru decide că este suficient de mult „împăienjenit”, cere să fie eliberat din pânză. La fiecare circumferință scoasă din jurul său se spune un gând pozitiv cu privire la prevenirea și corectarea comportamentelor distructive pentru propriul organism. Dacă participanții mai au idei, propuneți să continuați jocul cu o altă persoană în centru.

4. Fiți grijuliu și încurajați și participanții să aibă un asemenea comportament față de manifestările emoționale ale semenilor. Afirmările trebuie să fie impersonale.

Evaluare

- Cum te-ai simțit în această „pânză” a consecințelor fumatului?
- Care a fost cel mai puternic fir care te-a înconjurat?
- Ce simțiți față de un asemenea membru al comunității?
- Care au fost gândurile pozitive care v-au ajutat să desfaceți pânza?
- Ce ați înțeles în urma acestei activități?

Eu cred

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice cauzele și circumstanțele consumului de droguri

Durata

45 minute

Materiale

foi, coli de hârtie

Concepte

drog, dependență de droguri, traficant de droguri, victime ale consumului de droguri.

Desfășurare

1. Realizați un asalt de idei despre consumul de droguri după următorul model. Scrieți pe 5 coli de hârtie câte o întrebare: CINE, DE CE, UNDE, CUM, CÂND consumă droguri? Fiecare participant se apropie de coli pe rând și răspunde la întrebări. Poate scrie mai multe idei, doar să nu se repete cu cele deja scrise.
2. Participanții citesc ideile și le subliniază cu culoare albastră pe cele cu care sunt de acord, iar pe cele cu care nu sunt de acord - cu culoare roșie.
3. Ideile subliniate cu culoarea roșie transcrieți-le aparte pe foițe mici și colectați-le într-un coș.
4. Extrageți pe rând câte o foiță citiți-o pentru întreg grupul. Discutați afirmația în echipe pentru a ajunge la o opinie comună. Apoi, câte un reprezentant din fiecare echipă se așează pe unul din scaunele din fața clasei și prezintă opinia. Dacă sunt opinii contrare se oferă 2 min. pentru discuții în grupul mare. Încurajați participanții să discute deschis, asertiv și spuneți că este normal ca în unele cazuri echipele să rămână la păreri diferite.

Evaluare

- Cum v-ați simțit discutând la tema consumului de droguri?
- Care păreri au coincis cu cele ale majorității și care nu au coincis? Cum credeți, de ce?
- Cum folosiți aceste argumente în viață?

Semaforul

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să discute despre consecințele consumului de droguri
- să găsească modalități practice de prevenire a consumului de droguri

Durata

30 minute

Materiale

20 de seturi de fișe colorate – roșu, galben, verde

Concepte

dependență, stres, boli venerice, cancer, sarcină nedorită, intoxicație

Desfășurare

1. Repartizați participanților fișe de culoare roșie pe care scriu consecințele consumului de droguri. Pe o fișă se scrie o singură idee. Fiecare participant scrie cel puțin trei idei.
2. Împărțiți participanții în patru grupuri. Rugați-i să aleagă din fișele întregii echipe 5 consecințe negative ale consumului de droguri.
3. Desenați pe podea câte un traseu pentru fiecare echipă. Echipele își așează la distanțe egale fișele roșii. Apoi distribuiți fiecărei echipe câte 5 fișe galbene și 5 fișe verzi.
4. La comanda "Mergem!" fiecare echipă pornește ca o locomotivă pe traseul desenat. La fiecare fișă roșie întâlnită în cale e necesar să se oprească întreaga echipă și să scrie pe fișa de culoarea galbenă cum poate fi prevenit pericolul scris pe fișa roșie, iar pe fișa de culoare verde - cum poate fi depășit, dacă deja s-a declanșat acest proces. Este important să se oprească la fiecare fișă roșie și să completeze toate celelalte culori. De la o fișă la alta echipele trec simultan.
5. Jocul se termină atunci când au fost depășite toate pericolele și toate echipele au ajuns la final.

Informații utile pentru facilitator

Pericole provocate de consumul de droguri:

Dependență, cancer, probleme cardio-vasculare, respiratorii, alcoolism, ciroză, intoxicație, infectarea cu HIV, deces, boli venerice, sarcini nedorite, stres, accidente, invaliditate.

Evaluare

- Cum v-ați comportat când ați ajuns la fiecare fișă de culoare roșie?
- Care au fost dificultățile cu care v-ați confruntat?
- Cum ați reușit să găsiți idei pentru fiecare pericol care trebuia depășit?
- Cât de des găsiți singuri căi de depășire a pericolelor provocate de anumite vicii personale?
- Ce atitudine aveți acum față de problemele cu care se confruntă o persoană care consumă droguri?
- Cum apreciați ajutorul prietenilor în asemenea situație?

Balonul sexualității

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să însușească termenii din domeniul sexualității

Durata

25 minute

Materiale

un balon, carioca

Concepte

relații sexuale, masturbare, organe genitale, reproducere, sex sigur, sex protejat, sex vaginal, sex oral, sex anal, prezervativ, contracepție, partener sexual, fidelitate, fantezii erotice

Desfășurare

1. Formați un cerc. Explicați că astăzi veți discuta despre termenii folosiți în sexualitate. Toți se gândesc timp de 1 minut la termenii din sexualitate pe care îi folosesc. Dați exemplu de un termen și explicați cum îl înțelegeți. Apoi îl scrieți pe balon și aruncați-l unui participant. Acesta repetă aceeași procedură.
2. Aveți grijă să nu se repete termenii. Dacă cineva nu mai cunoaște termeni, are dreptul să aleagă un coleg care să îi dea sugestii.
3. Încurajați participanții să-și exprime deschis toate cunoștințele din domeniul sexualității.
4. La a doua rundă participanții își amintesc cui au aruncat balonul prima dată. Păstrând aceeași succesiune, ei adresează o întrebare simplă din domeniul sexualității. Dacă colegul căruia i-au aruncat mingea nu cunoaște răspunsul, au dreptul să ceară ajutorul cuiva pentru a răspunde la întrebare.
5. Scopul este ca participanții să adreseze toate întrebările care îi frământă. Dacă la unele întrebări nimeni nu cunoaște răspunsul, se scriu pe o coală de hârtie și la următoarea întâlnire facilitatorul comunică răspunsul.

Evaluare

- Cum v-ați simțit?
- Care sunt sursele de unde ați aflat acești termeni?
- Care sunt avantajele de a discuta cu semenii despre termenii din sexualitate? Dar care sunt dezavantajele?
- Ce termeni ați dori să eliminați din limbajul vostru? Care sunt termenii cu care i-ați putea înlocui?

Riscul

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice riscurile la care se pot expune
- să propună căi de minimalizare a riscurilor asumate

Durata

60 minute

Materiale

foi de desen și creioane colorate, marchere pentru fiecare participant, coli de hârtie, lipici, șetul de fișe din fișa practică:
 „ESTI ÎN SIGURANȚĂ - FII LINIȘTIT, MERGI MAI DEPARTE!”,
 „FII PREGĂTIT - AI GRIJĂ!”, „PERICULOS – NU FACE ACEASTA!”

Concepte

risc, asumarea riscului, minimalizarea riscului, responsabilitate, siguranță, securitate.

Desfășurare

1. Distribuți fiecărui participant câte o foaie de desen (pe care o vor semna) și creioane. Individual, participanții își vor aminti ziua de ieri (evenimente, activități, acțiuni, persoane) și vor elabora o hartă a zilei trecute.
2. Analizând harta zilei, solicitați participanților să însemne cu litera „R” activitățile, evenimentele care pot fi riscante sau dacă au fost expuși riscului fiind implicați în aceste activități.
3. Tinerii pot discuta și pot compara hărțile lor cu ale colegilor, apoi discutați cu ei despre:
 - ce este riscul pentru ei?
 - de ce oamenii își asumă/se expun riscurilor?
 - cum reușesc oamenii să supraviețuiască expunându-se anumitor riscuri cotidiene?
 - în cazul expunerii unor riscuri, cine este responsabil sau ce poate contribui la păstrarea siguranței și securității? (Exemplu: anumite „Reguli” elaborate pentru bazinul de înot, în stradă, în laborator etc., care contribuie la minimalizarea riscurilor).
4. Organizați în grupuri a câte 4-6 persoane, participanții vor elabora liste cu activități riscante pentru viața lor. Exemple:
 - plecarea de acasă fără a anunța pe cei apropiați;
 - ieșirea cu persoane străine fără a spune nimănui;
 - consumul de substanțe (droguri, alcool, țigări etc.);
 - nepregătirea temelor de acasă etc.
5. Trasați o linie pe podea în mijlocul sălii. La un capăt al liniei puneți fișa „PERICULOS – NU FACE ACEASTA!” și la alt capăt puneți fișa cu inscripția „ESTI ÎN SIGURANȚĂ - FII LINIȘTIT, MERGI MAI DEPARTE!”. Fișa „FII PREGĂTIT - AI GRIJĂ!” o plasați undeva în mijloc.
6. Spuneți membrilor grupurilor să facă un cerc și câte un reprezentat din fiecare grup, pe rând vor citi activitățile riscante din lista elaborată de grup. Participanții vor trebui să decidă spre care fișă să se plaseze și totodată să-și argumenteze alegerea. Împreună cu toți participanții găsiți căi de minimalizare a riscurilor.

Evaluare

Discutați cu participanții despre ce lucruri importante au învățat în cadrul acestei activități. Cum cred că o să-i ajute în viață?

FIȘĂ PRACTICĂ

FII PREGĂTIT - AI GRIJĂ!

**EȘTI ÎN SIGURANȚĂ - FII LINIȘTIT,
MERGI MAI DEPARTE!**

PERICULOS – NU FACE ACEASTA!

Influențe bune, influențe rele

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice influențele pozitive și negative
- să înțeleagă când o influență devine presiune

Durata

60 minute

Materiale

foi, pixuri, tablă sau coli de hârtie

Concepte

persuasiune, presiune, refuz

Desfășurare

1. Realizați un asalt de idei la tema „Influențe asupra mea”.
2. Concluzionați când o influență devine presiune și acordați atenție deosebită subiectului „presiuni din partea semenilor”. Discutați cu participanții despre aceste influențe, identificându-le pe cele care este bine să le accepte și pe acele care trebuie să le refuze.
3. Propuneți participanților să deseneze individual câte un cerc cu trei sectoare (simbolul Mercedes). În fiecare secțiune a cercului vor scrie răspunsul la câte o întrebare: Cine? Unde? Cum? ... sunt influențați sau influențează pe alții. Propuneți participanților să se grupeze câte doi și să discute răspunsurile notate de ei în propriul cerc.
4. Participanții aleg un exemplu din cele notate și joacă rolurile de persoană care influențează și de persoană influențată. Apoi se pot schimba cu rolurile.
5. Inițiați o discuție despre situațiile jucate.

Evaluare

- Ce emoții ați avut pe parcursul activității?
- Cum i-ați influențat pe alți participanți?
- Cum ați fost influențat de semenii?
- Care situații sunt reale?
- Ce rol joacă în viața voastră situațiile de presiune?
- Cum reacționați de obicei la influențele pozitive și la cele negative?
- Cum veți reuși, în anumite situații cotidiene, să faceți față situațiilor de presiune?

Cum să refuz?

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să identifice situațiile de risc în care este nevoie să refuze
- să practice unele tehnici de refuz în situații de risc

Durata

45 minute

Materiale

fișa practică, un coș mic, raze galbene și albastre în număr de 2-3 ori mai mare decât numărul participanților, creioane colorate, foi albe

Concepte

comunicare asertivă

Desfășurare

1. Discutați cu participanții ce înseamnă pentru ei o *situație de refuz*.
2. Explicați ce înseamnă o tehnică de a spune NU. Prezentați tehnicile propuse în fișa practică.
3. Scrieți pe fișe mici câte o tehnică de refuz și adunați-le într-un coșuleț.
4. Rugați participanții să se apropie de coșuleț și să extragă câte o fișă. Participanții își notează individual dacă este o tehnică verbală sau nonverbală.
5. Fiecare se gândește la o situație reală care l-ar ajuta să exerseze tehnica de refuz.
6. Participanții care au fișe cu tehnici verbale formează perechi cu participanții care au fișe cu tehnici nonverbale.
7. Participanții găsesc o situație comună în care ar putea folosi doar tehnicile scrise pe fișe. Perechile practică timp de 2 min. tehnicile în situațiile alese.
8. Fiecare pereche se grupează cu o altă pereche și își prezintă una alteia tehnica și situația aleasă. În grupurile de patru persoane se discută avantajele și dezavantajele fiecărei tehnici. Apoi alege o situație în care ar putea aplica toate cele patru tehnici.
9. Fiecare grup desenează pe un poster un soare în interiorul căruia descrie situația aleasă. Împărțiți raze galbene pe care grupurile scriu ce ar avea de câștigat și raze albastre pe care scriu ce ar avea de pierdut în cazul folosirii mesajelor de refuz.
10. Participanții fac o prezentare în plen a posterelor.

Evaluare

- Cum v-ați simțit în timpul activității?
- Care au fost momentele în care a fost dificil să realizați sarcina?
- Care credeți că sunt tehnicile care v-ar asigura securitatea personală?
- Ce ați avut de învățat în urma activității?
- Discutați despre utilitatea tehnicilor de refuz în diferite situații alese de grupuri.

FIȘĂ PRACTICĂ**Căi verbale de a spune NU:**

- Spune NU și pleacă.
- Spune repetat NU.
- Spune NU motivat.
- Spune NU invocând scuze.
- Spune NU și sugerează o alternativă.
- Spune NU și fă o glumă.

Căi nonverbale de a spune NU:

- Fă un pas înapoi.
- Dă din cap și arată prin mimică.
- Fă o grimasă, arată că-ți este dezgustătoare această idee.
- Pleacă, dând de înțeles că nu vrei să ai de a face cu această propunere.

Soluții pentru înfruntarea fricii

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să găsească soluții pentru înfruntarea fricii față de HIV/SIDA, ITS

Durata

30 minute

Materiale

pixuri

Concepte

temere / frică responsabilitate, decizie, influență, solidaritate, problemă

Desfășurare

Este recomandabil să realizați această activitate după o introducere sau în cadrul unei discuții despre HIV/SIDA, ITS.

1. Participanții se așează în cerc. Fiecare primește câte o foaie pe care vor scrie temeri când se gândesc la ITS, HIV/SIDA.
2. Când toți au terminat, fiecare participant își va alege vizual un protector, se va apropia de el și îl va ruga să-i dea un sfat cum să depășească această frică.
3. Dacă participantul consideră că este un sfat bun pentru el se va prinde de mâna dreaptă a protectorului său. Dacă vrea un alt sfat, alege un alt protector de care se prinde după aceeași procedură și merg împreună până cineva se prinde de palma lui dreaptă. Fiecare poate deveni protectorul doar al unei persoane și poate avea doar un singur protector cu care se ține de mână.
4. În final, se poate forma un cerc. Încurajați participanții să citească temerile lor și sfaturile care au fost oferite de protectori.

Evaluare

- Cum v-ați ales protectorul?
- Care a fost cel mai ușor lucru să-l faceți? Dar cel mai dificil?
- Ce ați învățat din experiența colegilor ?
- Ați reușit să depășiți frica pe care ați scris-o foaie? Cum?
- Cum procedați în realitate atunci când aveți frică de ceva?

Dă-i papucii

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să înțeleagă cum se simte în comunitate o persoană cu anumite probleme de sănătate
- să comunice cu astfel de persoane

Durata

45 minute

Materiale

foi

Concepte

empatie, toleranță, stereotip, handicap fizic, boli infecțioase

Desfășurare

1. Formați 5 grupuri. Fiecărui participant din grup distribuiți foi cu câte o inscripție: persoane cu dizabilități fizice, persoane dependente de droguri, fumători, infectați cu HIV/SIDA, infectați cu gripă etc.
2. Aranjați foile pe podea cu partea scrisă în jos. Participanții își aleg o foaie, pun piciorul pe ea. Se uită fiecare ce este scris pe foaie. Ei unesc două colțuri pe latura mică a foii deasupra încălțăminteii, astfel încât să obțină o formă de papucel care se ține de picior.
3. Spuneți participanților să se gândească timp de câteva minute la viața persoanei care este scrisă pe talpa papucelului improvizat. Ei pot să-și noteze pe o foaie cum se simt în papucii unei asemenea persoane, care sunt problemele de sănătate cu care se confruntă această persoană, ce i-ar plăcea acestei persoane să facă și ce nu i-ar plăcea, care i-ar fi cercul de prieteni cu care ar dori să relaționeze și cum ar fi privit de către oamenii din comunitatea sa.
4. Acum toți se ridică în centrul sălii ca o comunitate în cadrul căreia trebuie să formeze grupuri mixte, alcătuite din o persoană infectată cu gripă, una infectată cu HIV, una cu handicap fizic, una dependentă de droguri și un fumător toți din grupuri diferite. Condiția este că nu pot să vorbească, doar să folosească gesturi, mimici și să producă sunete prin care reprezintă rolul.
5. Jocul continuă până toți participanții se includ într-un grup.
6. Participanții ies din papucii improvizati, spun colegilor care a fost rolul jucat și separă această foaie de propria personalitate, pentru a discuta despre ceea ce s-a petrecut în timpul activității, la persoana a treia, ca despre un rol separat de propria persoană.
7. Aveți grijă de partea finală în care participanții trebuie să iasă din rol și să lase papucii altei persoane.

Evaluare

- Care au fost emoțiile trăite fiind în papucii altuia?
- Care sunt problemele cu care se confruntă fiecare categorie de persoane?
- Ce stereotipuri au fost folosite pentru a reda imaginea unor persoane?
- Care sunt modalitățile în care ați reușit să comunicați cu alte categorii de persoane din aceeași comunitate?
- Ce atitudine aveți în realitate față de persoanele cu diferite probleme de sănătate și cu probleme sociale?

Discutăm, ne ajutăm

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să discute despre oamenii din școală și din comunitate care lucrează pentru a avea grijă de ei ca să fie sănătoși și în siguranță.

Durata

30-35 minute

Materiale

foi albe, creioane colorate, pixuri, lipici

Concepte

comunitate, sănătate

Desfășurare

1. Anunțați din timp participanții despre subiectul activității ce urmează să o desfășurați. Este bine să le propuneți să aducă materiale ilustrative, informații suplimentare despre persoanele pe care ei singuri le identifică ca fiind de ajutor pentru sănătatea lor.
2. Formați 2 echipe. Echipele își așează scaunele în două cercuri concentrice. Cercul din afară este al persoanelor care au probleme de sănătate, iar cercul din mijloc este al persoanelor care pot oferi ajutorul necesar în asemenea situații. Rugați participanții să scrie pe foițe roluri pentru persoanele din ambele cercuri. Foițele se pun pe scaunele corespunzătoare cu fața în jos ca să nu se vadă ce este scris.
3. Fiecare echipă își alege mai apoi un anumit cerc, se așează pe scaune și citesc rolurile. Individual participanții se gândesc la cum ar putea să joace rolul. La comanda moderatorului participanții încep să-și joace rolurile în perechi cum stau așezați față în față.
4. Dacă în timpul jocului pe roluri în perechi o persoană din cercul celor cu probleme de sănătate simte că nu i se acordă destul ajutor din partea persoanei care îi stă în față, strigă "Ajutor!!!" Atunci toată echipa se va schimba cu un scaun la dreapta.
5. Dacă o persoană din echipa celor care acordă ajutor simte că nu mai are cu ce să-și ajute pacientul, strigă "O-o-o-f!" Atunci echipa sa se schimbă cu un scaun la dreapta.
6. Dacă moderatorul decide să strige "Stop!", atunci echipele se schimbă cu locurile, echipa cu roluri de persoane cu probleme de sănătate vor prelua rolurile de persoane care ajută și invers. Foaia pe care sunt scrise rolurile se lasă pe scaun pentru persoana care va lua locul.
7. Scopul participanților este de a comunica cu cât mai multe persoane din cercul opus și de a acumula cât mai multe sfaturi practice în legătură cu starea dificilă a persoanelor cu probleme de sănătate.
8. Se poate ca participanții să aibă câte o foaie pe care să noteze rolul și sfatul dat sau primit în legătură cu problema pe care o discută.

Evaluare

- Ce emoții ați avut pe parcurs?
- Care roluri v-au plăcut să le jucați De ce?
- Ce sfaturi ați dat sau ați primit pe parcurs?
- Când obișnuieți să cereți ajutor în viața cotidiană? Cum o faceți?
- Care sunt deprinderile necesare pentru cererea și pentru oferirea unui ajutor pentru sănătate?
- Care sunt concluziile voastre la finele activității?

Ritualul piramidelor

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să ierarhizeze recomandările pentru un mod sănătos de viață
- să practice un model de învățare a deprinderilor necesare pentru un mod sănătos de viață

Durata

20-30 minute

Materiale

coli de hârtie, hârtie, stilouri

Concepte

responsabilitate, risc, valoare, capacitate de decizie, posibilitate de acțiune, dreptul la alegere, ierarhizare, constrângere

Desfășurare

1. Realizați cu participanții o listă de recomandări pentru un mod sănătos de viață. Apoi repartizați participanților câte o foaie pe care este desenată o piramidă cu trei niveluri.
2. Rugați participanții să completeze nivelurile piramidei cu recomandările înscrise în listă, dar și alte idei care ar completa lista (în partea de jos cele mai importante și care nu trebuie evitate în nici un caz – în partea de sus cele mai puțin importante).
3. Cine dorește poate prezenta modelul său colegilor.
4. Acum participanții grupează piramidele după anumite similarități, formând mai multe grupuri.
5. Vorbiți-le participanților că piramida este un simbol al Egiptului Antic, de aceea grupurile vor trebui să alcătuiască câte un ritual cu cele mai importante recomandări pentru un mod sănătos de viață adresat copiilor Egiptului. Sugerați participanților să prezinte ritualurile, iar spectatorii intui care sunt recomandările pentru un mod sănătos de viață.

Evaluare

- Care dintre recomandări credeți că sunt mai importante pentru un mod de viață sănătos?
- Care sunt mesajele transmise prin scenele cu ritualuri?
- Ce ați învățat din jocurile pe roluri prezentate?

Ghidul pentru o bună practică

Obiective

Activitatea îi va ajuta pe participanți:

- să argumenteze necesitatea imunizării
- să propună argumente convingătoare pentru utilitatea unui ghid pentru imunizare

Durata

40 minute

Materiale

carioca, creioane colorate, coli de hârtie, pixuri.

Desfășurare

1. Scrieți pe un poster titlul „Ghidul pentru o bună practică”, care este un ghid despre imunizare și controlul bolilor transmisibile. Realizați un asalt de idei referitor la ce poate să conțină un asemenea ghid. De exemplu:

- Necesitatea unui asemenea ghid
- Scopul și obiectivele
- Conținuturi
- Concluzii
- Etc.

2. Cereți participanților să formeze grupuri în dependență de numărul capitolelor ghidului vostru. Fiecare grup alege să lucreze la unul din capitole.

Grupurile pregătesc să prezinte conținuturile capitolului lor sub forma unui colaj. Reprezentanții grupurilor prezintă succesiv capitolele noului ghid. Discutați apoi cu toți participanții ce ar trebui de schimbat, de îmbunătățit sau de omis din conținuturile propuse.

Sugestii pentru facilitator

Propuneți pentru utilizare câteva sugestii teoretice dacă participanții solicită aceasta:

Anticorpi – substanțe produse de sistemul imun pentru a lupta împotriva infecției.

Bacterii – grup de germeni care au nevoie de apă și de hrană pentru a viețui.

Boli transmisibile – boli care se transmit direct sau indirect de la o persoană la alta. (Acestea includ, printre altele: SIDA, varicela, gripa, guturaiul, amigdalita etc. Aceste boli sunt cauzate de bacterii, viruși și alte organisme sau de produsele lor toxice).

Germene – organism care poate provoca o boală.

Purtător sănătos - persoană infectată care nu prezintă semne de boală, dar este capabilă să transmită în mod indefinit infecția pe care o poartă altor persoane. Exemple de boli cu stadiu de purtător includ: febra tifoidă, hepatita B și infecția HIV. Purtătorii transmit în mod inconștient infecția lor unui număr mare de persoane.

Sistem imun – sistem care protejează organismul de infecții.

Imunizare – metodă de a produce rezistență față de o boală transmisibilă, în mod obișnuit prin vaccinare sau inoculare.

Vaccin – substanță produsă de oamenii de știință care este de obicei injectată pentru a evita apariția bolilor transmisibile.

Evaluare

- Ce ați înțeles prin „bună practică”?
- Care parte a cărții vi se pare mai importantă pentru a fi cumpărată și citită mai mult de către public?
- La ce atrageți atenția când mergeți să procurați o carte?
- Care sunt avantajele lucrului în grup la un asemenea exercițiu?

4

Exemple
de
bună
practică

4. Exemple de bună practică

Vă propunem câteva modele de activități interactive realizate de educatori cu copiii din gimnaziile internat în cadrul proiectului *Dezvoltarea deprinderilor de viață pentru prevenirea traficului de ființe umane*, implementat de Centrul de Informare și Documentare privind Drepturile Copilului din Moldova. Sunt doar niște exemple care pot fi preluate și adaptate pentru fi organizare cu grupurile de copii și tinerii din școala, comunitatea în care activați.

Maria Jomir,

Gimnaziul internat Leova

SUBIECT	LUAREA DECIZIILOR
OBIECTIVE	În cadrul acestei activități elevii: <ul style="list-style-type: none">■ vor defini ce este decizia■ vor exersa situații în care vor trebui să ia decizii întemeiate pe cunoștințe, reflecții și valori umane.
TIMP	60 minute
MĂRIMEA GRUPULUI ȘI VÂRSTA PARTICIPANȚILOR	25 elevi, clasa a VIII-a
LOCUL DESFĂȘURĂRII	Sală de clasă
MATERIALE	foi, tabla și cretă, pixuri, carioca
STRATEGII DE REALIZARE	Furtuna de idei, prezentare, lucru în grup, lucru individual, discuția, joc pe roluri, studiu de caz.
AGENDA ACTIVITĂȚII EDUCATIVE	I. Etapa organizatorică; II. Asalt de idei: Ce este decizia? III. E bine să știm cum să luăm o decizie corectă? IV. Evaluare

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

I. Etapa organizatorică

- a. Salutul
- b. Anunțarea obiectivelor lecției
- c. Planul lecției
- d. Activitate de relaxare

II. Asalt de idei: Ce este Decizia?

- a. Se realizează un asalt de idei la întrebarea: Ce este decizia?
- b. Toate ideile propuse de participanți se scriu pe tablă
- c. Se continuă prin a se discuta pe baza următoarelor întrebări:
 - În ce măsură deciziile voastre depind de circumstanțe exterioare și invers, și în ce măsură depind de voi?
 - Apelați la cineva când luați o decizie?

A lua o decizie este un proces de alegere între cel puțin două posibilități. Tot timpul trebuie să alegem posibilitatea ce ne acordă siguranță nouă și celor din preajmă, exprimându-ne deschis opinia, prețui la justa valoare principiile și valorile noastre.

III. E bine să știm cum să luăm o decizie?

- a. Participanții se unesc în grupuri a câte 5-6 persoane și li se distribuie câte o foaie, carioca.
- b. Li se propun câteva situații și ei trebuie să ia o decizie potrivită pentru fiecare din ei:
 1. Vrei să înveți la colegiu sau să te angajezi la lucru?
 2. Să anunți sau nu, că prietenul tău a săvârșit un furt?
 3. La școală ți se propune să fumezi și prietenii te îndeamnă să încerci și tu.
 - c. Se dă posibilitatea grupurilor să prezinte rezultatele discuțiilor în cadrul grupurilor mici.
 - d. Se discută cu participanții, care decizii sunt mai corecte din punctul lor de vedere.

IV. Evaluare

- Există oare în fiecare situație o singură soluție?
- De ce este important într-o situație să ne gândim la ceea ce este valoros pentru noi?

Tatiana Cernoivanenco,
Gimnaziul internat Cahul

SUBIECT	NEGOCIERE PENTRU RELAȚII SEXUALE PROTEJATE
OBIECTIVE	În cadrul acestei activități: vor comunica despre relații sexuale protejate și vor identifica unele obstacole și soluții în negocierea relațiilor sexuale protejate
TIMP	45 minute
MĂRIMEA GRUPULUI ȘI VÂRSTA PARTICIPANȚILOR	22 elevi, clasa a IX-a
LOCUL DESFĂȘURĂRII	Sală de clasă
MATERIALE	Fișe „Căile de presiune” și răspunsurile
STRATEGII DE REALIZARE	Furtuna de idei, prezentare, lucru în grup, lucru individual, discuția, joc pe roluri, studiu de caz.
AGENDA ACTIVITĂȚII EDUCATIVE	I. Etapa organizatorică; II. Asalt de idei: Ce este decizia? III. Exercițiul „Făcând față presiunilor” IV. Evaluare

DEFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

I. Introducere

- a. Salutul
- b. Activitate de inițiere

Jocul „Creta zburătoare”

- Animatorul aruncă creta, invitând un participant la tablă, să noteze o idee cu care i se asociază noțiunea SIDA. Apoi persoana care și-a scris ideea, aruncă creta altuia din grup care va scrie propria asociere...Apoi ideile se grupează, de exemplu:
 1. Atitudini față de persoanele infectate
 2. Căile de contaminare
 3. Posibilități de protecție
 - Participanții se umesc în grupuri după asocieri
 - Fiecare grup pregătește o mică prezentare la tema respectivă: scriu tot ce știu despre subiectul ales, pregătesc un poster la temă.

II. Asalt de idei „Negocieri pentru relații sexuale protejate”

Participanții sunt întrebați, ce se are în vedere când se vorbește despre negocierea relațiilor sexual protejate (Foaia se completează cu părerile elevilor).

III. Exercițiul „Făcând față presiunilor”

- a. Participanții se unesc în perechi și primesc fișa practică cu cele 2 cazuri. Se distribuie de asemenea și fișa practică nr.2 „Căile de presiune”, dar tăiate în fâșii aparte căile de presiune și răspunsurile.
- b. Timp de 20 de min. perechile exersează situațiile, folosind enunțurile tăiate aparte din fișa nr.2.
- c. Invitați câteva perechi să joace pentru grupul mare situațiile.
- d. Apoi discutați cu participanții:
 - Ce au decis cuplurile să facă?
 - Care a fost rezultatul disputei dintre cei doi?
 - În ce caz ați reușit să convingeți partenerii și în ce caz nu?
 - Ce enunțuri ați folosit pentru a justifica alegerea voastră?
 - A fost greu să vă convingeți partenerul? De ce da/nu?
 - Negociind la acest subiect puteți preveni, minimaliza, depăși unele riscuri? Care?

IV. Evaluarea

- Care joc pe roluri a fost mai ușor de jucat? De ce?
- Cum vă va ajuta această activitate în viața voastră personală?

FIȘA PRACTICĂ nr.1**Situația nr.1**

Sunteți prieteni și vă întâlniți de câteva luni. Unul dintre voi dorește să facă sex, iar celălalt nu. Alegeți-vă rolul și străduiți-vă să vă convingeți unul pe celălalt că aveți dreptate.

Situația nr. 2

Sunteți un cuplu și ați avut relații sexuale. Unul dintre voi dorește să utilizeze prezervativul, iar celălalt nu este de acord cu aceasta. Încercați să vă convingeți unul pe celălalt că aveți dreptate.

FIȘA PRACTICĂ nr.2

CĂI DE PRESIUNE	RĂSPUNSURI
Toți fac sex	Păi, eu nu sunt toți. Eu sunt eu. În plus eu știu că nu este adevărat că toți o fac.
Dacă mă iubești, vei face sex cu mine.	Dacă tu mă iubești vei respecta sentimentele mele și nu mă vei presa să fac ceva ce eu nu sunt gata să fac.
Dacă nu vei face sex cu mine, nu mă vei mai vedea.	Dacă așa simți, mă voi lipsi de a te vedea. Dar așa va rămâne.
Eu știu că tu vrei s-o faci. Pur și simplu te temi de ce vor spune oamenii.	Când ai început să citești gândurile? Dacă aș fi vrut s-o fac, nu aș discuta acum.
Haide, crește odată, nu poți rămâne copil pentru totdeauna!	A face sex nu înseamnă că ai crescut. Privește la copiii care fac sex și sfârșesc având un copil adevărat.
Dar eu am nevoie s-o fac!	Dacă eu pot să aștept, poți și tu.
Dacă vrei să fii populară în școală, o vei face!	Popularitatea mea nu depinde de sex. Oamenii mă plac datorită calităților personale.
Dacă tu nu vrei, altcineva o să vrea!	Cred că ar trebui să pleci și să găsești acea persoană.
Chiar nu dorești să încerci, să vezi cum e?	Cred că e un motiv stupid pentru a face sex.
Tu dorești la fel de mult ca și mine.	Nu, eu într-adevăr nu doresc.
Doar am mai făcut sex, care este problema acum?	Am dreptul să mă răzgândesc. Am decis să aștept până mă voi maturiza pentru a face din nou.

Larisa Dorofei,
Gimnaziul internat Căzănești

SUBIECT	INVENTARUL INTERESELOR PROFESIONALE. FILIERE POSIBILE DE ANGAJARE
OBIECTIVE	<p>La sfârșitul activității elevii:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ vor înțelege care sunt valorile lor personale ■ vor putea să aprecieze calitățile și abilitățile personale necesare pentru alegerea profesiei
TIMP	60 minute
MĂRIMEA GRUPULUI ȘI VÂRSTA PARTICIPANȚILOR	20 elevi, clasa a IX-a
LOCUL DESFĂȘURĂRII	Sală de clasă
MATERIALE	Foi de desen, tablă și cretă, fișa practică pentru fiecare participant, creioane colorate
STRATEGII DE REALIZARE	Furtuna de idei, lucru în grup, lucru individual, discuții libere, testare
AGENDA ACTIVITĂȚII EDUCATIVE	<p>I. Introducere</p> <p>II. Asalt de idei „Ce este profesia”</p> <p>III. Test Inventarul intereselor profesionale</p> <p>IV. Exercițiul Filiere posibile de angajare</p> <p>V. Evaluare</p>

DEFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Această activitate este concepută pentru a-i obișnui pe copii să-și caute un loc de muncă ținând cont de abilitățile personale și profesionale și de oportunitățile oferite de împrejurări, societate.

I. Introducere

- a. Salutul
- b. Activitatea de relaxare:

Jocul „Pescuit submarin”

Procedură: Sala se împarte în 2 părți egale, marcându-se o linie pe podea. Una este „plaja”, iar alta este „marea”. Grupul formează 2 echipe: una de pești, iar alta de pescari submarini. Acestea pot să trimită până la trei persoane în apă, pentru a prinde pești. Ei se pot menține sub apă, prinzând pești doar atât cât le ajunge aer (emițând continuu sunetul “a-a-a-a”). Peștii atinși se duc la mal, iar pescarul submarin trebuie să iasă cât mai are aer. Dacă nu reușește, se transformă și el în pește. Peștii pot încerca să imobilizeze pescarul, pentru ca acesta să „piardă aerul”. Jocul se termină atunci când toți sunt într-o echipă.

II. Asalt de idei „Ce este profesia”

- a. Întreb elevii dacă cunosc ce înseamnă asalt de idei, dacă nu, le explic regulile și modul de desfășurare.
- b. Participanții sunt încurajați să expună idei referitor la enunțul „ce este profesia”.
Exemple de idei propuse de elevi: activitate, mod de lucru, loc de muncă, mod de viață, satisfacție, posibilitate de a lucra, realizarea intereselor, manifestarea personalității, efort, elaborarea ideilor etc.

III. Test “Inventarul intereselor profesionale”

- a. Împart fiecărui participant fișa practică. Le propun să încercuiască mai multe litere în fiecare coloniță, dar le sugerez să încerce să se limiteze la cele care îi caracterizează cel mai bine.
- b. Evaluare: A fost greu să vă opriți la afirmațiile care vă caracterizează? Către ce profesie ești orientat? Ești de acord cu rezultatul obținut? Ai fost sincer la completarea lui? Crezi că interesele tale corespund afirmațiilor?

IV. Exercițiul “Filieră posibilă de angajare”

- a. Participanții sunt organizați în 2 grupuri. Fiecare grup alcătuiește o listă a tuturor surselor posibile de găsim a unui loc de muncă. După 3-5 minute reprezentanții grupurilor prezintă cele scrise. Există numeroase metode de găsim a unui loc de muncă, cum să le găsim. Toate posibilitățile, metodele de căutare a unui loc de muncă poartă denumirea de filieră de angajare.
- b. Propun participanților o listă a metodelor de găsim a unui loc de muncă. Acestea compară lista propusă cu lista lor.

Metode de a găsi oportunități de angajare:

1. folosirea serviciilor oficiilor forței de muncă
 2. înscrierea la agențiile (private) de angajare
 3. citirea frecventă a ziarelor și revistelor care anunță noi locuri de lucru
 4. obținerea unor informații despre angajări prin contactarea unor persoane, prieteni, cunoscuți, rude etc.
 5. participarea la târgurile locurilor de muncă
 6. cautarea anunțurilor de genul: „Angajăm...” pe vitrinele magazinelor/ firmelor/ instituțiilor etc.
 7. contactarea directă a patronilor sau a angajatorilor
 8. anunțarea faptului că sunteți în căutarea unui loc de muncă (unei activități) în ziare, reviste, INTERNET.
- c. Discut cu elevii metodele și le propun să-și expună părerea despre care dintre aceste metode sunt mai eficiente?
- d. Le vorbesc elevilor: deși unele metode sunt mai eficiente decât altele în anumite circumstanțe, cercetările au constatat că metodele 4 și 7 sunt mai eficiente. Aceste două metode dau rezultate mai bune, deoarece numeroase locuri de muncă nu sunt niciodată anunțate în presă. Patronii sunt prea ocupați sau nu doresc să citească numeroase CV-uri și să organizeze interviuri. Ei preferă să-i întrebe pe cei din jurul lor (alți patroni, angajați etc.) atunci când apar locuri de muncă disponibile, dacă le pot recomanda vreo persoană calificată care își caută un loc de muncă.
- e. Participanților li se repartizează câte o fișă și li se propune să scrie sursele și metodele de găsire a unui loc de muncă, la care au apelat sau vor apela.

Evidența filierelor de angajare

Data/Postul	Persoana	Telefonul pentru informații	Adresa	Acțiunea	Rezultatul

V. Evaluare

- a. Se scriu pe tablă patru începuturi de propoziții:
 - Eu simt...
 - Eu știu...
 - Eu cred...
 - Eu sunt convins(ă) că...
- b. Participanții, individual, vor scrie pe foi continuarea acestor propoziții, referindu-se la conținutul activităților și la propria implicare pe parcurs.

FIȘĂ PRACTICĂ

Test

Inventarul intereselor profesionale

- A. Îmi place să practic jocuri de echipă.
 B. Îmi place să descifrez cuvinte încrucișate sau să fac puzzle.
 C. Îmi place atunci când alții îmi cer sfatul.
 D. Îmi place să vorbesc la telefon.
 E. Măzgălesc în caietul meu de notițe.
 F. Sunt curios să aflu cât mai multe lucruri.
- A. Îmi place să fac munci manuale: să lucrez în grădină, să repar bicicleta, să gătesc etc.
 B. Tot timpul scriu liste cu ceea ce am făcut.
 C. Mai degrabă aș încerca să câștig bani lucrând de unul singur, decât într-o companie.
 D. Mă simt bine când îi ajut pe alții.
 E. Îmi place să-mi folosesc imaginația și să scriu povești.
 F. Dintre obiectele școlare cel mai mult îmi plac științele naturii.
- A. Îmi place să lucrez cu uneltele.
 B. Mă simt mai bine când camera mea este în ordine.
 C. La un proiect prefer să lucrez într-un grup decât de unul singur.
 D. Nu sunt timid atunci când trebuie să-mi spun părerea.
 E. Mi-ar plăcea să-mi redecorez camera.
 F. „Flux” și „Săptămîna” mi se par publicații interesante.
- A. Îmi place mai mult afară decât în clasă.
 B. Matematica este obiectul meu preferat.
 C. Pentru mine este important să hotărâsc singur problemele ce mă privesc.
 D. Îmi place să cer sfatul în rezolvarea unor probleme.
 E. Prefer să fiu în miezul lucrurilor decât în afara lor.
 F. Îmi place să fac observații asupra timpului, plantelor sau animalelor.
- A. Îmi place să am animale de casă.
 B. Scrisul meu de mînă este ordonat și citeț.
 C. Mi-ar plăcea să fiu primar.
 D. Îmi place să am un prieten de corespondență sau să țin un jurnal.
 E. În locul lucrului individual prefer lucrul colectiv.
 F. Îmi place să desfac mecanisme, să văd cum funcționează.
- A. Prefer să merg cu bicicleta decât să mă uit la televizor.
 B. Mi-ar plăcea să lucrez la un computer.
 C. Aș putea fi un bun căpitan de echipă.
 D. Mi se pare ușor să întâlnesc oameni noi și să-mi fac prieteni.
 E. Subiectul meu preferat este muzica (desenul, ceramica etc. ...)
 F. Mă preocupă mediul înconjurător.

Notați de câte ori ați încercuit fiecare literă.

A _____ B _____ C _____ D _____ E _____ F _____

Uitați-vă la literele la care aveți cifrele cele mai mari. Poate v-ar interesa una din profesiile de mai jos:

- A.** Orientat către exterior: inginer, antrenor, pilot, fermier, medic, veterinar, tîmplar, brigadier silvic, arhitect-peisagist, zidar.
B. Orientat către detalii: programator, contabil, bancher, inginer, bibliotecar, tehnician, medic, analist financiar.
C. Orientat către influențe: proprietar de firmă, ofițer de carieră, avocat, director, de școală, agent de vânzări, specialist resurse umane, ofițer de poliție, paznic
D. Orientat către oameni: vînzător, medic, director, reporter, asistent social, asistent, psiholog, casier.
E. Orientat către arte: actor, muzician, scriitor, designer, fotograf.
F. Orientat către cercetare: cercetător științific, detectiv, psihiatru, profesor, inginer, mecanic, cercetător de piață, meteorolog, notar, avocat.

Natalia Oboroc,
Gimnaziul internat Ungheni

SUBIECT	ELABORAREA ȘI COMPLETAREA UNUI CURRICULUM VITAE (CV)
OBIECTIVE	<p>În cadrul activității elevii:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ vor asimila cele mai importante noțiuni despre esența și importanța Curriculum-ului Vitae (CV) ■ vor identifica și clasifica calitățile și abilitățile personale necesare elaborării și redactării unui CV. ■ vor elabora și completa corect un CV;
TIMP	90 minute
MĂRIMEA GRUPULUI ȘI VÂRSTA PARTICIPANȚILOR	25 elevi, clasa a IX-a
LOCUL DESFĂȘURĂRII	Sală de clasă
MATERIALE	Caietul elevului, dicționar explicativ, fișele practice pentru fiecare participant.
STRATEGII DE REALIZARE	Discuția, explicația, conversația, demonstrația, munca independentă, analiza, furtuna de idei, prezentare, expoziția.
AGENDA ACTIVITĂȚII EDUCATIVE	<ol style="list-style-type: none"> I. Etapa organizatorică II. Elemente ale elaborării unui CV III. Asalt de idei „Curriculum Vitae” IV. Test de autocunoaștere V. Elaborarea și scrierea unui CV. Expoziția CV-urilor. VI. Evaluare.

DEFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

I. Etapa organizatorică

- a. Salutul
- b. Anunțarea subiectului și a obiectivelor activității educaționale
- c. Jocul relaxare „Nodurile”.

Jocul de cooperare „Nodurile”

Obiectiv

A stimula cooperarea în interiorul grupului, ținând cont de interesele tuturor participanților.

Procedeu

Participanții formează un cerc, având ochii închiși. La un semnal al animatorului ei înaintează încet spre centru, cu brațele ridicate. Odată ce participanții se ciocnesc unul cu altul, încearcă să se apuce de mâini. Apoi toți deschid ochii, încercând să desfacă „nodurile”.

Evaluare

A evalua atitudinile de cooperare în cadrul grupului și strategiile folosite pentru desfacerea nodului.

II. Elemente ale elaborării unui CV

- a. Se împarte fiecărui participant câte o foaie de desen, pix, creion. Timp de 10 min. participanții desenează pe foi evenimente din viața lor (nașterea, copilăria, studii, cercuri pe interese, călătorii, participări la tabere, seminare, concerte, ocupații preferate, interese etc.) în ordine cronologică.
- b. Elevilor li se propune să afișeze desenele pe tablă și să prezinte pe rând ceea ce au desenat. Prezintă doar cei care doresc. La sfârșit se discută cu participanții:
 - Care momente din viață le-ați desenat? De ce?
 - Seamănă desenele unul cu altul?
 - Care momente desenate din viața voastră sau pe care nu ați reușit să le desenați, credeți că vă vor ajuta sau sunt legate de viitorul vostru? Cum?
 - Considerați că este important să cunoască cineva anumite lucruri despre voi? De ce?
 - Ce considerați că ați desenat pe foaie?
 - Cu ce se aseamănă desenele voastre?

III. Asalt de idei „Curriculum Vitae”

- a. Se realizează un asalt de idei – Ce este un Curriculum Vitae (mai întâi se discută cu elevii ce este un asalt de idei).
- b. Pe tablă sunt înscrise ideile elevilor. Se discută despre necesitatea și importanța elaborării și completării propriului CV.

Curriculum Vitae (CV) - informație generală

Definiție – CV-ul este fișa biografică întocmită în mod arbitrar de către persoana care dorește să se angajeze în câmpul muncii. De asemenea **Curriculum Vitae** reprezintă documentul care reflectă pregătirea și experiența profesională și dezvăluie personalitatea fiecăruia. Scopul principal urmărit de persoana care a întocmit CV-ul este să trezească interesul persoanei care oferă loc de muncă sau care ia decizia de angajare. Acesta este un fel de mesaj și, ca toate mesajele, trebuie să atragă atenția. Pentru a-și atinge scopul, trebuie să fie clar, simplu, obiectiv:

Clar – evitați abundența de date, de fapte, de exemple excesive. Concizia și claritatea sunt două atuuri importante.

Simplu – foarte rar originalitatea este apreciată, poate doar în anumite sectoare / domenii specifice.

Obiectiv – fără informații false, fără laude, fără exagerări.

IV. Exercițiul „Bilanțul competențelor”

Înainte de a începe întocmirea CV-ului, e necesar de făcut un bilanț al competențelor. Scopul lui este de a ajuta persoana să-și identifice competențele. În cadrul acestui bilanț profesional se ia în considerație trecutul, prezentul și viitorul. Este necesar ca persoana, să răspundă la următoarele 3 întrebări:

- Cine sunt? (fișa practică nr. 1)
- Ce am făcut? (fișa practică nr. 2)
- Ce doresc să fac? (fișa practică nr. 3)

Fiecare participant completează fișele practice, astfel îi va fi mai ușor să elaboreze propriul CV.

V. Elaborarea și scrierea unui CV. Expoziția CV - urilor.

- a. Se discută cu participanții care ar fi etapele elaborării și scrierii unui CV.

Pentru a realiza un CV eficient trebuie parcurse mai multe etape:

1. Adunați toate informațiile necesare.
2. Faceți astfel încât experiența și abilitățile voastre să corespundă cerințelor celui care face angajări.
3. Subliniați detaliile care vă favorizează.
4. Organizați CV-ul într-un mod eficient.
5. Alegeți cu grijă cuvintele pe care le folosiți.
6. Cereți cunoscuților să citească CV-ul pe care l-ați alcătuit și să-l comenteze.
7. Faceți produsul final prezentabil.
8. Evaluați propriul vostru CV.

- b. Se acordă timp pentru ca elevii să-și elaboreze propriile CV-uri. Le prezintă colegilor și le fixează pe un panou pregătit pentru expoziția CV-urilor.
- c. Se distribuie apoi fișa-model fiecărui participant. Se acordă timp pentru ca să o compare și să o completeze.

VI. Evaluare.

Se discută cu participanții:

- Se deosebește mult CV elaborat de voi de un CV model?
- A fost greu să stabiliți care pot fi componentele unui CV? De ce?
- Care component al CV - ului îl considerați important? De ce?
- La care punct v-a fost greu să completați? De ce?
- Ce greșeli ați comis la elaborarea CV-ului?
- Credeți că aveți nevoie de cunoștințele acestea? De ce?
- Cum o să vă ajute faptul că știți să elaborați, să scrieți, să completați un CV?

Această activitate poate fi realizată în cadrul mai multor lecții sau întâlniri.

FIȘA PRACTICĂ nr.1

CINE SUNT EU?

Pentru a răspunde la această întrebare poate fi utilizată următoarea grilă, care are drept scop evidențierea unor tendințe ale personalității. Persoana pune semnul "+" sau "-" în dreptul fiecărei calități din prima coloniță (în toate colonițele).

Tendințele mele Comportamentul meu	Cum mă văd eu pe mine	Cum mă văd prieteni	Cum mă văd rudele (părinții) etc.
Ambițios			
Agresiv			
Anxios (neliniștit)			
Calm			
Optimist			
Dinamic			
Pozitiv			
Răbdător			
Perfecționist			
Rapid			
Realist			
Sensibil			
Îngrijit			
Spontan			
Analitic			
Creativ			
Lent			
Imaginativ			
Sintetic			
Sigur			
Amabil			
Amical			
Atent			
Vorbăreț			
Clar în decizii			
Sociabil			
Emotiv			
Flexibil			
Generos			
Independent			
Manipulator			
Convingător			
Liniștit			

Această grilă îi va permite persoanei să-și formeze o imagine integră, de ansamblu, despre calitățile propriei persoane.

FIȘA PRACTICĂ nr.2

CE AM FĂCUT?

Aici de asemenea poate fi utilizată o grilă. Persoana face înscrierile respective în toate colonițele.

Instituția (instituțiile) la care am lucrat sau am învățat până acum	Durata	Obiectivul principal (scopul)	Respon- sabilitățile	Realizările principale	Rezumat (ce am învățat din toate acestea)	Rezumat (ce am învățat din punctul de vedere al meseriei)

Pot fi introduse și alte întrebări, în dependență de statutul profesional al persoanei, personalitate etc.

FIȘA PRACTICĂ nr. 3

CE DORESC SĂ FAC?

1. Tipul de întreprindere în care aș dori să lucrez:

- Publică
- Privată
- Mixtă (publică și privată) fără capital străin
- Întreprindere mixtă cu capital străin
- Întreprinde străină

- _____
- _____

2. Domeniul de activitate care mă interesează:

- industrie
- comerț
- agricultură
- servicii
- turism
- cercetare
- asigurări
- artă etc.

- _____
- _____

3. Funcțiile pe care aș dori să le ocup:

- responsabil de producție
- cercetător
- jurist
- contabil
- frizer
- vânzător etc.

- _____
- _____

FIȘA PRACTICĂ nr.4

MODEL DE CV

Informație personală

Nume _____

Prenume _____

Data și locul nașterii _____

Domiciliul actual _____

Număr de telefon la care poți fi contactat _____

Starea civilă (*subliniază*) _____ căsătorit (ă) _____ necăsătorit(ă) _____

Copii _____

Obiectiv profesional (*ce dorești să faci*) _____**Studii** generale și profesionale (*în ordine invers cronologică*):

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Participări la seminare, training-uri, tabere, școli de vară, cercuri de interese(*în ordine invers cronologică*):

1. _____

2. _____

3. _____

Experiență profesională:

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

Succese și reușite:

1. _____

2. _____

3. _____

Competențe (cele mai importante calități profesionale: limbi vorbite, abilități de lucru la computer, abilități de comunicare...):

1. _____

2. _____

3. _____

Hobby/ocupații preferate:

1. _____

2. _____

Bibliografie

1. *Conceptia Educație pentru formarea deprinderilor de viață*, Ministerul Educației al Republicii Moldova, 2004
2. *Contracurricularul traficului cu ființe umane. Suport informațional*, Centrul Internațional pentru Protecția și Promovarea Drepturilor Femeii „La Strada”, Chișinău, 2004
3. *Curriculum pentru disciplina școlară „Deprinderi pentru viață”*, Ministerul Educației al Republicii Moldova, 2004
4. *Curriculum de implicare a tinerilor și tinerelor în sprijinul comunității*, Centrul Parteneriat pentru Egalitate, 2003
5. *Developing Life Skills*, Russell House Publishing Limited, 1998
6. *Diferențe de gen în creșterea și educarea copiilor*, Centrul Parteneriat pentru Egalitate, București, 2003
7. *Educația de la egal la egal. Ghidul formatorului*, Asociația Tinerilor Formatori din Moldova, UNICEF, Chișinău, 2004
8. *Educație pentru formarea deprinderilor de viață: condiții, probleme, resurse și oportunități de realizare*, Raportul de evaluare, Guvernul Republicii Moldova, UNICEF Moldova, Chișinău, 2003.
9. *Fete și băieți. Parteneri în viața privată și publică – perspective de gen*, Centrul Parteneriat pentru Egalitate, București, 2003
10. *Ghidul educatorului de la egal la egal în prevenirea HIV/SIDA*, CIDDC, Chișinău, 2003
11. *Ghid de integrare a adolescenților instituționalizați în viață pe cont propriu*, Delegația Comisiei Europene în România, Fundația Euro Ed, Iași, 2002
12. *Ghid despre droguri pentru părinți*, UNDP, UNAIDS, UNICEF, Fundația SOROS Moldova, Chișinău, 2001
13. *Ghidul voluntarului. Educația sexuală și prevenirea HIV/SIDA*, CIDDC, Chișinău, 2002
14. *Includerea socială a tinerilor. Ghidul lucrătorului de tineret*, European Youth Exchange Moldova, UNICEF, Chișinău, 2004
15. *Manual pentru formarea deprinderilor de viață independentă la adolescenții/tinerii din centrele de plasament*, coordonator Sorin Mitulescu, București, 2003
16. *Noi și Legea. Educație civică. Ghidul profesorului*, SIEDO, Ministerul Învățământului al Republicii Moldova, Chișinău, 2001
17. *Participarea copiilor și tinerilor*, Centrul Național de Resurse pentru Tineri, UNICEF, Chișinău, 2003
18. *Pentru un mod de viață sănătos sau deprinderi de viață*, Corpul Păcii Moldova, Chișinău, 2001
19. *Правда о СПИДе. Расскажи об этом... Тренинговый курс для старшеклассников*, Белорусское Общество Красного Креста, Минск, 2003
20. *Prevenirea violenței în familie și a traficului de ființe umane*, Winrock International, Chișinău, 2002
21. *Situația copiilor instituționalizați*, Raport de evaluare, UNICEF, 2000
22. *Situația copiilor lumii*, Raport, UNICEF, New York, 2000, <http://www.unicef.org/sowc00/>
23. *Social Skills Training curriculum*, The United States Department of Labor, Office of Job Corps

Curriculum
pentru
disciplina
școlară
"Deprinderi
de viață"

ANEXE

ANEXA

OBIECTIVELE GENERALE ȘI CONȚINUTURILE

educației pentru formarea deprinderilor de viață

fixate în curriculum-ul pentru disciplina școlară „Deprinderi de Viață”

OBIECTIVELE GENERALE SUNT:

Competențe / Deprinderi -

Copilul/tânărul va fi capabil să:

- exprime emoții, sentimente
- accepte sentimentele altora
- comunice eficient, non-conflictual
- fie asertivi
- coopereze / colaboreze
- analizeze probleme de natură personală, socială și de sănătate
- gândească critic și creativ
- ia decizii informate
- soluționeze probleme
- stăpânească riscul
- facă față schimbărilor
- participe la procesele democratice
- asume responsabilități.

Cunoștințe / Înțelegeri -

Să știe și să înțeleagă:

- pe sine și pe alții
- cum să se protejeze
- natura relațiilor umane
- informații despre sănătate care vor influența alegerile personale
- sursele de informare și ajutor

- drepturile și responsabilitățile personale și ale altora
- rolurile sociale
- emoțiile și sentimentele
- relațiile între genuri
- aspecte integrate ale comportamentului personal, social și de sănătate
- rolul cetățeanului activ
- riscurile și consecințele personale, sociale și de sănătate.

Atitudini, Valori, Calități -

Copilul/tânărul va fi apt de a:

- pune în valoare, respecta și avea respect de sine și față de alții
- avea simț de responsabilitate socială
- nu fi indiferent față de justiție
- promova oportunități egale pentru toți
- avea simțul apartenenței la familie, comunitate și țară
- avea atitudine pozitivă față de sine și alții
- fi optimiști în ce privește viitorul
- fi orientați spre îmbunătățire
- fi gata să facă schimbări
- fi toleranți și empatici
- gândi deschis.