

A4.1. Dezvoltare abilități emoționale, consiliere socială, suport emoțional/ psihologic, consiliere vocațională

Instrumente/ tehnici de lucru specifice pentru dezvoltarea de abilități emoționale, consilierea socială și vocațională adaptate la nevoile de servicii psiho-sociale de sprijin ale preșcolarilor/ elevilor din grupul țintă

1. GHID DE INTERVIU (I)

DE UTILIZAT ONLINE SINCRON (SEDINTA MEET)

Grupa de vârstă: 11-17 ani (clasa a V-a, clasa a VI-a, clasa a IX-a și a X-a)

Obiectiv: autocunoastere (surse/cauze ale stresului, efecte în comportament și modalități de gestionare a stresului/coping personal)

1. Ce înseamnă pentru tine să fii stresat?
2. Ce te stresează cel mai mult?
3. Cum te afectează stresul?
4. Cum faci față stresului?

2. GHID DE INTERVIU (II)

DE UTILIZAT ONLINE SINCRON (SEDINTA MEET)

Grupa de vârstă: 8-14 ani (clasa a II-a, clasa a III-a, clasa a IV a si clasa a V a)

Obiectiv: cunoastere și stabilirea relației de comunicare în consiliere

1. Ce îți place să faci cel mai mult?
2. Ce îți place la școală?
3. Ce nu îți place la școală?
4. Ai prieteni?
5. Ce materie îți place cel mai mult?
6. Ai nevoie de ajutor la lecții?
7. Ce îți place la tine?
8. Ce îți dorești tu cel mai mult?

3. CHESTIONAR DE AUTOCUNOAȘTERE

DE UTILIZAT ONLINE ASINCRON

Grupa de vârstă: 11-17 ani

Obiectiv: autocunoaștere

Timp de completare estimat: 20-30 min

Instructaj:

Vă rog să citiți afirmațiile de mai jos și să răspundeți la ele, bifând un X în căsuța cu A-adevărat (dacă afirmația vi se potrivește) sau un X în căsuța cu F-fals (dacă nu vi se potrivește afirmația). Nu vă gândiți prea mult-răspundeți din prima!

Nr.crt.	Afirmație	A (Adevărat)	F (Fals)
1	În viață contează doar să reușești, indiferent cum.		
2	Când iau deciziile, mă sfătuiesc cu alții (prieteni, familia).		
3	Banii sunt totul în viață.		
4	Pot vorbi despre absolut orice subiect cu ai mei (părinții, bunicii, frații).		
5	Mă consider un om ambițios/ă.		
6	Am prieteni de încredere, pe care mă bazez mereu.		
7	Sunt o persoană puternică, hotărâtă.		
8	Plâng rar.		
9	Am încredere în mine întotdeauna.		
10	Mă cert rar cu cei din jur.		
11	Am ales singur liceul/profilul la care voi merge.		

12	Îmi place viața mea așa cum este acum.		
13	Nu-mi plac conflictele, discuțiile în contradictoriu-cedez mereu la ele.		
14	Mă afectează părerile celorlați despre mine.		
15	Nu știu ce vreau să fac în viață.		

Expert sprijin psiho-social

Monica Delicia Avramescu

Semnatura:

IULIE 2022