





UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI

Fondul Social European  
POSDRU 2007-2013Instrumente Structurale  
2007-2013

OIPOSDRU

**Investește în oameni!**

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 – 2013

Axa prioritară 2 „Corelarea învățării pe tot parcursul vieții cu piața muncii”

Domeniul major de intervenție 2.1. „Tranziția de la școală la viața activă”

**Titlul proiectului „Primii pași sunt importanți: fiți orientați”**

Contract POSDRU/161/2.1/G/141102

Poți folosi următoarea tehnică extrem de simplă ce permite alegerea unor valori interne, bazate pe ceea ce suntem noi și nu pe un model exterior. Încurajează elevii să facă următorul exercițiu:

**01** 1. **Scrie 2-3 evenimente importante pentru tine** (pot scrie pe bilețele)

**02** 2. **Explorează detaliile acestor evenimente** (fie în scris fie discutați în grup). La

fiecare lucru nou descoperit poți pune întrebări suplimentare sau poți să le dai o listă elevilor cu posibile întrebări precum:

- De ce crezi că...? (De exemplu “de ce cred eu că va trebui să fiu exemplul viu în ceea ce-mi învăț copilul?”)
- Ce sentimente îți generează asta? Asigură-te că îți generează sentimente pozitive pe termen lung.
- Ce temeri îți generează? Ce provocări ar putea apărea?
- Ce înseamnă toate aceste lucruri pentru tine?

**03** 3. **Centralizează ce a însemnat experiența pentru tine.** Ai putea să notezi, de

exemplu:

- Respect față de tine înuți,
- Relații de calitate,
- Recunoștință,
- Sănătate,
- Să mă simt apreciat,
- Asumarea responsabilităților,
- Integritate,
- Maturitate,
- Pace interioară