

Nada Ignjatović Savić

Educația civică:
Conștiința despre sine și alții 1

Belgrad, 2002

„Fiecare în sine, întâlnește sub același pod râurile altora. De aceea, noroacele și tristețile noastre sunt identice altfel”.
Miroslav Antić „Așa îmi imaginez cerul”

Acest manual este destinat adulților care sunt pregătiți ca împreună cu copii să se bucure de frumusețile de a descoperi unele secrete, cum că suntem altfel identici. Manualul reprezintă versiunea manualului „Paznicii zâmbetului ” într-o formă lărgită și prelucrată.

SCOPUL OBIECTULUI

Scopul general al obiectului Educația civică: „Conștiința despre sine și alții 1” este un impuls pentru dezvoltarea personalității și cunoașterii sociale la elevii de clasa întâia a școlii primare. Acest obiect trebuie să ofere elevilor posibilitatea să devină participanți activi în procesul cultivării și educării și să dobândească cunoștințe, aptitudini și valori necesare pentru formarea unei personalități creative, competente, deschisă pentru discuții și colaborare, care respectă și pe alții. În munca de cultivare și educare, la realizarea acestui obiect deosebim câteva sarcini de bază:

- Ușurarea procesului de adaptare în mediul școlar și impulsionearea integrației sociale —stabilirea și dezvoltarea relațiilor de prietenie și colaborare cu persoanele de aceeași vârstă și cu adulții;
- impulsionearea dezvoltării cunoștințelor despre sine, despre sentimentele personale și nevoi, cunoștințe despre identitatea și însușirile personale, autorespect și încredere în sine;
- lărgirea cunoștințelor și capacităților pentru rezolvarea stărilor emotive neplăcute: învățarea aspectelor pentru confirmarea fără agresivitate și respectarea altora;
- impulsionearea muncii colective, înțelegerii și colaborării,
- dezvoltarea capacităților de comunicare și rezolvarea constructivă a conflictelor cu cei de o vârstă și cu adulții;
- lărgirea exprimării creative;
- cunoașterea de către elev a drepturilor copiilor;
- impulsionearea și capacitatea pentru participarea activă la viața școlară, unde este important ca tot ceea ce fac elevii, să facă din motivație interioară, pozitivă, dar nu din cauza constrângerii sau supunerii întemeiate pe frică.

SURSA TEORETICĂ

Teoretic, obiectul „Conștiința despre sine și despre alții” este întemeiată pe teorie interacționistă a dezvoltării psihice, după care interacțiunea socială este factorul constructiv de bază al dezvoltării copiilor. Tezele de bază sunt:

- adulții organizează mediul înconjurător și-l schimbă, în așa fel, încât copilul să-l poată înțelege și accepta;
- în acest proces al schimbărilor participă în mod egal și activ, atât copiii, cât și adulții. Aceasta, bineînțeles, nu înseamnă că copiii știu cât și adulții. Specificul relațiilor adult - copil se oglindește în relația asimetrică: adulții dispun de mai multe cunoștințe despre sine, despre lume și despre copil. Dar, pentru a oferi adevărate impulsii fiecărui copil, adulții trebuie să știe să asculte cu atenție și sensibilitate, să primească deschis și să ia în seamă ceea ce copiii le comunică. Cea mai scurtă și cea mai bună articulare a accesului la copii l-a dat poetul Duško Radović, adresându-li-se cu „Stimați copii”

- adultul încurajează fiecare încercare spontană a copilului de a cerceta și a dobândi cunoștințe despre sine și lume și încearcă să-i fie plăcut copilului, să fie o experiență pozitivă. Copilul este participant activ la toate interacțiunile;
- el alege, prelucrează și reține numai ceea ce corespunde nevoilor lui de dezvoltare și posibilităților..
- drumul din afară către interior, de la schimbare până la formarea unei lumi interioare, particulare și psihice duce prin jocul în care copilul „aranjează cubulețe” în felul lui, pe care le-a adunat în schimburile cu alții.

PRINCIPIILE ACCESULUI

- Nu există rezolvări, răspunsuri corecte, pe care copilul trebuie să le memoreze - adultul nu se postează aici ca și cineva care întreabă, dar are deja un răspuns format pe care dorește să-l primească de la copil, accentul este în procesul descoperirii și cunoașterii, dar nu pe rezultat.
- Cunoaștere se derulează prin joc;
- Adulții organizează activități, astfel că copiii simt nevoia și dorința să schimbe conținuturile între ei, dar nu doar cu adulții.
- Adultul lucrează în zona viitoare dezvoltări, dar nu constrânge, se plimbă flexibil între pozițiile simetrice și asimetrice, între susținere și impulsivitate;
- Cultivă accesul pozitiv, comentează și accentuează ceea ce este pozitiv la fiecare și aceasta în mod corect (îmi place că ai făcut asta așa și așa; tu ești bun)
- Formează o atmosferă de încredere și acceptare, fără estimări și critici;
- Arată sensibilitate pentru delicatețea simțurilor copilărești: copiii se simt siguri în mijlocul celor care poartă grija sentimentelor lor, unde pot liber să-și exprime buna dispoziție sau indisponibilitatea;
- Respectă sentimentele negative, le dă timp pentru a exprima frica, blocajul, supărarea, nu întrerupe cu întrebări, nu îi sufocă („Nu mai plânge, nu este asta nimic”). Ajută copilul să diferențieze ce simte: „Este trist sau este furios...” Acordă sprijin și încurajează copilul ca energia să o folosească constructiv, să nu se rănească, dar nici pe alții să nu-i jignească;
- Arată că știe să prețuiască, că este mândru când copilul învinge greutățile, îl învață să se bucure de rezultatele lui, să simtă și să-și exprime mândria și mulțumirea de sine.
- Este conștient în fiecare moment că prin comportarea sa modelează comportarea copiilor. Copii îl susțin și modelează comportarea lor față de ceea ce văd că fac adulții; este important ca coordonatorul prin comportarea sa, felul de lucru și relația față de copii să demonstreze valorile pe care dorește ca elevii lui să și le însușească;
- Cultivă toleranța, înțelegerea și colaborarea, iar aceasta înseamnă că și singur participă la toate liniștit, fără să fie agresiv;
- Susține și scoate în evidență faptul că fiecare este irepetabil, iar diferențele îmbogățesc reciproc cea mai importantă sarcină în educarea copiilor este că să-i ajutăm să-și formeze o imagine pozitivă despre ei, să dobândească încredere în sine și să simtă că dând la alții și primind de la alții, își îmbogățesc personalitatea.

INSTRUCȚIUNII METODICE

Baza metodică a obiectului îl constituie atelierele interactive, cu accent pe exprimările simbolice și modificările în circuit, deoarece oferă posibilitatea elevilor să devină

conștienți de trăirile lor interioare. Cele mai importante metode ale muncii de educare și cultivare sunt:

- Învățarea experimentală, trăirile autentice ale elevilor prin schimbare în grup, dar nu transmiterea cunoștințelor. Profesorul trebuie să accentueze că nu există răspunsuri dorite, așteptate sau corecte, că accentul se pune pe procesul descoperirii și cunoașterii despre sine și alții;
- Contextul jocului care ajută elevii să se relaxeze și să se elibereze, să încerce diferite feluri de exprimare și simbolizare a experiențelor interioare și că prin joc pot cerceta diferite rezolvări pentru problemele cu care se confruntă.

Pentru alcătuirea pregătirilor privind realizarea muncii educative în grup, este important să se ia în seamă și câțiva factori care sunt de o importanță deosebită pentru schimbările calitative:

1. Formarea unei atmosfere plăcute, pentru ca copiii să se simtă siguri și relaxați;
2. Nu ridicați vocea: înțelegeți-vă de la început cu copiii să folosească semnul: „Vă rog liniște” sau „Fiți atenți” (aceasta poate să fie un desen pe carton, pe care coordonatorul îl va ridica când este nevoie sau un semnal sonor: de ex: tresnirea degetelor, plescănitul mâinilor, etc., ceva care să fie pozitiv.
3. Articulați clar scopul activităților și înțelegerea privind regulile care trebuie respectate de către toți participanții la joc. Având în vedere că este vorba de învățarea prin joc, factorul principal al reușitei, îl constituie calitatea ascultării reciproce. Fiecare elev, comunicând altora, cunoaște trăirile interioare, dar ascultând experiența altora, are posibilitatea să observe trăirea lui într-o nouă lumină și s-o îmbogățească.
4. Ordinea așezării (după posibilități în cerc) oferă posibilități tuturor participanților jocului să vadă unul pe celălalt, întorși față în față.
5. Explicații copiilor regulile jocului:
 - a. că vor sta în cerc ca și vitejii Mesei rotunde. Mențiune coordonatorului: aceasta nu este valabil pentru activitatea de desen, când copiii sunt împrăștiați, liber în spațiu;
 - b. fiecare copil va povesti sau face ceva când îi vine rândul;
 - c. este important să vadă și să asculte unii pe ceilalți, deoarece așa vor învăța multe, vor vedea că există deosebiri, asemănări între ei;
 - d. va fi comic, dar nu este voie să fie batjocorit cineva;
 - e. nu există răspunsuri corecte, este important ca să fie ceace ei cred sau ce simt.
 - f. uneori, cineva dintre ei poate să spună „mai departe”, dacă nu a inventat ce va face sau ce va spune.
6. Trebuie respectată registența, dar și înregistrat când un copil a refuzat să participe la joc. Acordați atenție celor care se rușinează, nu insistați să participe, permiteți-le să se excludă uneori din joc. Dacă există pisălogi (cei care vor să se impună), care tulbură lucrul grupului, trebuie atenționați blând despre regula jocului. Spuneți : „Aceasta este interesant, dar așteaptă când îți vine rândul”. Dacă nu are nici un efect, faceți un cerc pe tema: cum ne simțim când cineva ne întrerupe mereu și altul. De ce uneori nu ascultăm unii pe alții?
- dacă grupul refuză să lucreze, vedeți unde există probleme, schimbați scenariul, introduceți jocuri interesante..
- confruntarea cu suferința, experiența grea și problemele serioase pe care unii copii le poartă în sine, poate să-l neliniștească pe coordonator. În asemenea situații, trebuie să vă adresați psihologului școlii, să împărtășiți cu el neliniștea și să cereți sfaturi.
7. Urmează activitatea care este în așa fel concepută încât să atragă și să mențină interesul și motivarea pentru cunoaștere a elevilor. Aceasta se rezolvă prin schimbarea dinamică a diferitelor aspecte ale expresiei (desen, pantomimă, jocuri de mutare, etc.) și schimbarea

activităților de joc. Dacă coordonatorul a observat că a slăbit atenția copiilor, el poate introduce un joc la libera alegere și să continue activitatea cercului.

Se poate și trebuie făcute schimbări în scenariul cercului, dependent de reacția copiilor (principiul de bază al programului este ca adultul să se adapteze copiilor). Trebuie, însă, ținut cont, că nici ordinea cercului, nici ordinea activităților din interiorul cercului nu este arbitrară. Fiecare cerc este astfel conceput, ca după fiecare activitate care introduce copilul în analizarea problemelor (conflic, stare emoțională neplăcută, etc.) să urmeze activități unde el poate găsi soluții constructive pentru sine. Nu este de dorit ca să se întrerupă cercul (indiferent de motiv), iar copiilor să nu li se ofere posibilitatea să descopere, să se elibereze de ceea ce îi chinuie. La fel, cercurile sunt tematic concepute pentru ca copilul să se confrunte treptat cu ceea ce poate fi neplăcut și dureros, pentru ca în cercurile finale să se potăteze sentimentele pozitive și poziția proactivă.

8 Numărul optimal al elevilor este de la 10 la 15. Se poate lucra și cu un grup de 20 de copii, dar atunci va slăbi atenția și motivarea pentru joc. Unii copii nu pot să aștepte să le vină rândul și nu urmăresc atent. Mai bine împărțiți un grup mai mare în grupuri mai mici, unde va fi realizat un schimb intensiv și calitativ.

9 Instruirea se face după arajarea unităților de învățământ după cum sunt date în îndreptarul „**Educația civică**”: „**Conștiința despre sine și alții 1**”, dar nu în planul și programul obiectului.

10 Planul de lucru

- având în vedere că obiectul reprezintă o notate în școală, și că experiența în evaluarea efectelor are o importanță deosebită, fiecare coordonator trebuie să-și facă un plan de lucru unde va scrie după fiecare cerc:
- dacă s-a retras de la scenariul jocului și de ce (timp insuficient, nevoia pentru reformularea cererilor, doarece nu le înțeleg); Scrieți ce s-a schimbat și cum a arătat scenariul în cazul acesta.
- Cum au reacționat copiii la anumite activități (dacă au înțeles ce s-a cerut de la ei, dacă au manifestat interes, dacă le-a plăcut). Ar fi de dorit ca după fiecare cerc, coordonatorul să aprecieze atmosfera din grup pe scală, de la 1-5, unde 1 este notă slabă, iar 5 este foarte bună.
- Care este experiența lor ca și conducători — ce le-a fost greu sau interesant, de ce?
- În afară de evaluarea procesului de muncă, în catalog trebuie înscrise observațiile despre copii (în mod aparte despre copiii care s-au remarcat — cine este activ și interesat, cine renunță cine nu manifestă interes, etc. Aceste informații pot folosi coordonatorului pentru a găsi metode mai interesante.
- De la coordonator se așteaptă să păstreze toate roadele care au apărut în timpul jocului (cu indicația a cui este produsul), deoarece acesta va sluji ca bază pentru urmărirea copiilor în prezetarea rezultatelor muncii.
- Alcăturirea unui panou cu semnul cercurilor care au existat. După fiecare cerc pe panou va fi pus semnul cercului și, astfel, copilul va recunoaște semnul.

EVALUAREA

1) Având în vedere că este vorba despre un nou obiect, de la coordonatori și elevi se așteaptă să aprecieze obiectul și modul prevăzut de predare.

a. Evaluarea cercului de către elevi. Este prevăzut ca și copiii să aprecieze cercul cu 3 categorii de răspunsuri:

1. mi-a plăcut foarte mult
2. „așa”

3. nu mi-a plăcut

Pentru această evaluare, coordonatorul poate pregăti câte 3 embleme de carton, pentru fiecare copil, care pe o parte vor avea scris numele copilului, iar pe partea cealaltă 3 expresii ale feței: 1. Zâmbet; 2. Indiferent; 3. Încruntat. La sfârșitul fiecărui cerc, împărțiți copiilor emblemele. Copiii trebuie să aleagă emblema care exprimă senzațiile trăite și s-o introducă în plic. Coordonatorul evidențiază notele și la următoarea oră înapoiează copiilor emblemele pentru a le folosi la noi evaluări.

Altă variantă este ca toți copiii să aibă numai un cartonaș cu numele lor și să prăgătească 3 plicuri cu semnul categoriei (lini, ilustrații). Apoi, copiii introduc emblema lor în plicul care corespunde senzației trăite. Pe baza acestei evaluări, coordonatorul notează 2 feluri de informații:

1. despre cum a fost cercul acceptat (câți copii dau note de 1,2 și 3)

2. despre reacțiile individuale (ce i-a plăcut la fiecare copil, ce nu)

2) conform naturii obiectului, scopului și sarcinilor de predare, elevii nu se apreciază cu note clasice ca la școală. Problema poate fi că elevii doresc să știe cât sunt de „buni” în anumite activități, încercând să ghicească ce așteaptă adulții de la ei.

Sarcina coordonatorului este să-i facă să înțeleagă că fiecare expresie este la fel de valoroasă, că evidențiază potențialul pozitiv la fiecare.

În legătură cu aceasta, acest obiect cere de la coordonator să fie pregătit să susțină elevii când le este greu să se exprime sau să asculte și să audă deschis ceva ce nu le corespunde, fără critică și aprecieri. Condiția de lucru pentru acest obiect este abilitatea exprimării.

Întrebăm : „Simți și tu asta și asta pentru că dorești asta și asta? ”, are efect, deoarece ajută elevul să fie singur conștient de sentimentele și nevoile lui și îl face mai deschis pentru contactul cu coordonatorul, și prin aceasta și pentru valorile pe care el dorește să le transmită elevilor.

SPAȚIUL, MATERIALUL DE LUCRU, LITERATURA RECOMANDATĂ

Spațiul și echipamentul care permit șederea în cerc. Materialul necesar pentru realizarea obiectului : 30 de coli de hârtie format A4 pentru fiecare elev, 3 embleme din carton pentru fiecare elev (pentru evaluare), desenul unei vase, profilul și 2 desene vază/profil, (pentru 10 ateliere), 10 desene simple (pentru 11 ateliere), 2 benzi late de 10 cm și 2-3 baloane (pentru 16 ateliere), 4 complete a câte 5 contururi diferite și duplicatele lor (pentru 22 ateliere), 1 pachet hârtie pentru fiecare copil (pentru 28 ateliere), carioci și creioane colorate pentru fiecare elev, bandă de lipit, foarfece.

Literatura recomandată pentru coordonatorul atelierului pentru copii:

Ršumović Ljubivoje, „Abecedarul drepturilor copiilor”, UNICEF 1995

Convenția NU despre drepturile copiilor, UNICEF Razenberg M. „Un model al comunocăției neviolente”, CNK 1996

Razenberg M. Limba simțurilor, Institutul pentru editarea manualelor, Belgrad (în tipărire)

Literara recomandată pentru elevi este:

Ivković J și Trikić Z. „Ceva personal 1 — Eu despre mine” Institutul pentru editarea manualelor și mijloacelor didactice; 1992

Ivković J și Trikić Z. „Ceva personal 2 — Eu și alții”, Institutul pentru editarea manualelor și mijloacelor didactice 1992;

Ignjarović - Savić N., Ivković J. și Trikić Z. „Ceva personal 3 — Sentimentele mele: Mănie, Frică, Tristețe, Bucurie și iubire” (complet de 4 cărți), Institutul pentru editarea manualelor și mijloacelor didactice; 1994.

Atelier de lucru. PRIMA ÎNTÂLINIRE A PĂRINȚILOR, ELEVILOR ȘI COORDONATORULUI

Acest scenariu este numai o propunere pentru coordonator, el poate să inventeze după alegerea sa; este important ca atât copiii, cât și părinții să aibe posibilitatea să schimbe impresiile lor, așteptările, nevoile privind plecarea copilului la școală și părinții, să aibe cunoștințe legate de ce și cum se va lucra la orele de Educație civică

Coordonatorul insistă ca copiii și părinții să stea în așa fel, încât să vadă unul pe celălalt (unii în fața altora). După ce îi salută, îi îndrumă pe scurt despre caracteristicile de bază care se vor aborda (că este important ca ceea ce se întâmplă să fie o experiență plăcută, să se desfășoare prin joc, să se ocupe de lucruri importante, că vor învăța despre sine și despre alții, etc.).

1. cerc caută ca prima dată părinții, apoi elevii să spună numele lor și un lucru care le place la ei. (Dacă se rușinează, spuneți că este important ca să fie conștienți de calitățile lor și că putem vorbi liber despre asta). Schimbări în cerc.
2. Cercul cere părinților să-și amintească cum a fost când au plecat la școală, ce-și amintesc că le-a plăcut, ce le-a fost neplăcut? După ce părinții își schimbă părerile, conducătorul caută de la copii să spună ce le place la școală și ce nu?
3. Propuneri: cere copiilor propuneri cu privire la ceea ce s-ar putea face să le fie mai plăcut la școală. (vorbește cine vrea)
4. Expunerea conducătorului despre EC.
5. Întrebări. Conducătorul dă posibilitatea părinților și copiilor să întrebe ce îi interesează în legătură cu EC.
6. Joc pentru sfârșit: Întindere. Toți să stea în așa fel încât să aibă loc în jurul lor pentru ridicarea și lăsarea mâinilor. Coordonatorul cere atingerea degetelor de la picioare cu vârful degetelor (sau până unde fiecare se poate aplica). Începe să numere de la 1-10, iar participanții trebuie să ridice ușor mâinile în așa fel încât la 10 să fie ridicate deasupra capului și să țină minte în ce poziție le-au fost mâinile la fiecare număr. Atunci, conducătorul spune anumite numere de la 1-10, fără o oarecare ordine, iar participanții trebuie să pună mâinile în acea poziție.

2. Atelierul de lucru: CUNOAȘTEREA ELEVILOR CU CONȚINUTUL OBIECTULUI ȘI METODA DE LUCRU

1. Prezentarea prin mișcări: Copiii stau în cerc și coordonatorul caută de la fiecare când îi vine rândul să intre în cerc, spunând numele lui și făcând o mișcare pe care o vrea (poate să sară sau să danseze ca balerinele, să sară pe un picior, etc.) După aceea tot grupul repetă mișcarea arătată.
2. Schimbări în cerc: Ce au învățat nou zilele acestea (coordonatorul le amintește că aceasta nu trebuie să aibă legătură cu școala, poate să fie un joc nou, sau cum se face o mâncare sau din programele TV și asemănător...)?
3. Coordonatorul îi încunoștințează pe elevi cu conținutul și metoda de lucru în cadrul EC și cu regulile atelierului. Dă posibilitatea copiilor să întrebe ce îi interesează.
4. Schimbări în cerc: în legătură cu ce anume au râs la școală sau acasă sau în compania prietenilor?
5. Joc pentru sfârșit: Extindere. Toți să stea în așa fel încât să aibă loc pentru ridicarea și lăsarea mâinilor, de data aceasta într-o parte. Conducătorul atunci caută cu toți să stea în așa fel încât mâinile să le fie lipite de corp. Numără de la 1-10, iar participanții trebuie să ridice ușor mâinile într-o parte (fac semicerc), în așa fel încât la 10 să fie ridicate deasupra capului și să rețină în ce poziție le-au fost mâinile la fiecare număr. Conducătorul atunci, fără vreo oarecare ordine, vorbește numere de la 1-10, iar participanții trebuie să pună mâinile în această poziție.

3. Atelierul de lucru: Cunoștințe despre sine (1)

1. Cercul numelor: loviți cu mâinile și spuneți numele vostru, fiecare pe rând în cerc.
2. Cerc: Vă place numele vostru? Loviți-vă peste genunchi dacă vă place, faceți cu degetul, dacă nu vă place.
3. Cerc: Dacă ați putea că vă fiți singur naș, ce nume v-ați alege, cum v-ar plăcea să vă numiți? De ce?
4. Spuneți ce vă place să faceți, cu ce vă delectați? ("Mie îmi place...")
5. Desenați-vă pe această hârtie (A4): faceți-vă autoportretul. Desenați, în așa fel, încât să se știe că sunteți chiar voi. Când toți termină de desenat aceste figuri, spuneți: Iar acum în nori (amintiți-le cum arată asta în stripuri — norii deasupra capului eroului principal unde este scris ceea ce el crede) arătați prin culori, așa cum doriți, cum sunteți dispuși, cum vă simțiți astăzi. Găsiți culoarea care arată cel mai bine ce simțiți... Dacă dispoziția vi s-a schimbat de azi dimineață, arătați folosind mai multe culori. Când toți termină:
6. Schimbări în cerc: Arătați și descrieți ce ați desenat. Lăudați fiecare copil, dar nu valoarea desenului lui, ci în sensul că aici se vede într-adevăr ceea ce îi este important... Cum că toate desenele sunt diferite și frumoase în felul lor.

Scopul tuturor acestor activități:

- Să devină conștienți de ei, de însușirile lor, de deosebirile, dar și asemănările dintre ei;
- Să stimuleze imaginația;
- Să stimuleze schimburile.

4. Atelierul de lucru: CUNOȘTIINȚE DESPRE SINE (2)

1. Jocul transformării: Gândește-te: dacă ai putea fi vreun animal care animal ți-ar plăcea să fi? Pauză pentru gândire. De ce? Ce este ceea ce-ți place la el? Pauză? Schimbări în cerc: Mi-ar place să fiu X deoarece...
2. Spuneți ce știți să faceți frumos, să fiți singuri mulțumiți cum faceți? (de ex. Să povestiți bancuri, să jucați fotbal, etc.Ceea ce copilul prețuiește numai la el). Schimbări în cerc.
3. Ce vă place la voi? Schimbări în cerc: Mie îmi place că sunt...
4. Fă-ți emblema ta sau stema personală care să conțină numele și ceea ce te caracterizează, un semn particular al tău, forma după alegerea ta (încurajați-i să folosească culori și tot materialul accesibil în felul lor, să găsească forma lor, mărimea, culoarea emblemei, simbolul lor...)
5. Trebuie să-și pună emblemele (folosiți bandă de lipit sau agrafe de birou).
6. Plimbă-te cu emblema în felul tău, plimbă-te prin încăpere: uitați-vă la embleme.

SCOPUL tuturor acestor activități:

- Copiii să devină conștienți de ei, de însușirile lor, de diferențele, dar și de asemănările dintre ei,
- Să se impulsioneze imaginația,
- Să se stimuleze schimbările

5 Alelierul de lucru. RETROSPECTIVĂ (CONTINUITATE PERSONALĂ)

1. Cercul numelor: primul spune numele lui încet, altul tare, următorul încet etc.
2. Iar acum noi vom face un strip:
Mergem în retrospectivă (explicați că aceasta este o mașină specială care poate să zboare în timp). Pregătiți-vă pentru călătoria imaginară. Închideți ochii. Călătorim în retrospectivă și ne imaginăm că filmăm. Mergem înapoi, în trecut. Amintiți-vă de ceva ce vi s-a întâmplat de la anul nou până acum. Amintiți-vă ce ați trăit, ce a fost frumos, ce nu a fost frumos, când ați fost în mod deosebit veseli, când ați plâns. Trebuie să faceți câteva fotografii. În fotografiile trebuie să fie și cei care au fost cu voi atunci... (După 2 min.) Deschideți ochii!
3 Faceți stripul vostru: acum desenați aici (hârtie A4) în câteva ilustrații, ca și cum ați face stripul, aventurile voastre. De exemplu: în prima ilustrație poate să fie întâmpinarea Anului Nou. Desenați asta, cine a fost cu voi, unde ați fost ... următoarea ilustrație altceva ce vi s-a întâmplat, de exemplu când ați plâns ... În următoarea, ceva frumos... (Arătați-le că fac un strip cu aventuri, să despartă prin linie fiecare ilustrație). Când termină de desenat: Acum încercuiți cu roșu fiecare ilustrație din acest strip unde ați fost veseli. Încercuiți cu albastru ilustrațiile unde sunteți triști (dacă există în stripul vostru). Schimbări în cerc: fiecare arată desenul lui și povestește ce este în strip.
- 4 Comentariul COORDONATORULUI. La toți ni se întâmplă uneori să uităm tot ceea ce a fost frumos; Haide-ți să ne amintim acum cum a fost când am fost bucuroși. La semnul meu toți care stau jos în această parte (arătând de la care până la care copil) se vor scula și se vor aranja într-o poziție bucurasă. Trebuie ca atât capul, cât și corpul să arate bucuria. Rămâneți așa până când nu plesnec din mâini. Dar nu trebuie să vă mișcați, ci doar ca și în ilustrație să rămâneți liniștiți în acea poziție (arătați poziția nemișcată). Noi ceilalți suntem spectatori. După aceea și spectatorii se vor aranja. (Lăsați copiii în poziție nemișcată 10-15 secunde). Apoi schimbați rolurile.
- 5 Exercițiul de încredere. Haideți acum să ne mișcăm puțin. Deoarece am stat jos mult timp, trebuie să ne mișcăm puțin. Dar să fie mai interesant vom face așa: ne vom împărți în perechi. Un membru al unei perechi va închide ochii, iar altul îl va prinde de mână și-l va plimba prin încăperea, pe unde vrea și cum vrea, dar fără să vorbească. Siliți-vă ca cel pe care îl plimbați să se simtă bine, să nu se lovească de alții, să nu lovească de ceva, pentru ca totul să decurgă în liniște, să fie mai interesant. După un anumit timp (' 3 minute) răspundeți: „Astfel, gândește-te cum să spui totul folosind numai mâna: pornește, deviază, oprește-te, etc. ”. Schimbările în grup: cum s-au simțit într-un rol și în celălalt rol. Ce le-a plăcut mai mult? Toți se așează în cerc și vorbesc dacă știu unde au fost, pe unde s-au plimbat dacă au avut încredere în perechea lor până când i-a plimbat.

SCOPUL acestor activități:

- Să devină conștienți de însușiri și asemănări;
- Să se vadă care le sunt în viață punctele plăcute și neplăcute;
- Să-și amintească de momentele plăcute;
- Să iese în evidență însușirile pozitive, atitudinea pozitivă față de sine și alții.

6. Atelierul de lucru: LOCUL MEU DE RELAXARE

1. Jocul mersului pe un teren imaginat:

Mergem ca și cum mergem prin apă, ca și cum podeaua este lipicioasă, sărim de pe piatră pe piatră, mergem prin zăpadă, ne strecurăm prin pădure, mergem prin pustiu, plescăim prin bălți...

2 Exercițiu de relaxare și de fantezie:

Acum, deoarece am obosit după mers, să ne culcăm, dar nu vrem să dormim, ci să ne plimbăm prin imaginație... Înainte de începerea exercițiului explicați pe scurt:

- Să țină ochii închiși
- Că vor face un exercițiu de relaxare și imaginare
- Toți găsesc o poziție comodă și închid ochii. Coordontorul vorbește:

ÎNDRUMĂRILE trebuie spuse rar, cu multe pauze, ca să aibe posibilitatea să-și însușească ceea ce li se vorbește.

3. Răsuflați cu regularitate, relaxați-vă mâinile și picioarele, simțiți cum vă este capul relaxat, la fel și ceafa, încet,, încercați cum vă este mai comod. Închideți ochii. Eu vă voi purta în călătoria imaginată. Acum răsuflați adânc de câteva ori. Bine. Ochii vă sunt închiși, și până eu vă vorbesc, vă imaginați că mergeți într-un loc frumos numai al vostru...PAUZĂ, apoi FANTEZIA.

1. Imaginați-vă că sunteți în natură. Vă mișcați încet pe un teren cald, moale și plăcut.

Alegeți-vă modul de a vă mișca, plimbare, alergare, tăvălire... Așa cum vă place.

PAUZĂ. Mergeți într-un loc unde știți că vă veți simți bine. Poate să fie un loc din vis sau un loc unde ați mai fost. Plecăm încet acolo. Simțiți sunetele care vă plac. Poate să fie adierea vântului, cântecul păsărilor, murmurul apei... ceea ce vă place. PAUZĂ.

Simțiți culorile și lumina. Culorile sunt plăcute, simțiți, cum vă relaxează. Vă mișcați și simțiți vântul ușor, cum vă atinge fața, mâinile, tot corpul, cum vă mângâie. Apoi simțiți alte atingeri...poate fi ploaia, zăpada, soarele...ceea ce vă corespunde. PAUZĂ.

Acum simțiți mirosurile. Mirosul pământului, al plantelor, ca și cum aceste mirosuri plăcute vă mângâie. Inspirați adânc și încet și simțiți cum v-ați relaxat... PAUZĂ. Mai departe vă plimbați prin natură, încet și simțiți cum este plăcut. PAUZĂ. Ați ajuns încet la locul vostru de relaxare. Tot ceea ce vă face liniștit și mulțumit, va fi în jurul vostru, numai să doriți. PAUZĂ. Adăgați aici tot ceea ce vă place. Aici sunteți protejați și relaxați, este locul vostru de relaxare. PAUZĂ. Priviți totul în jur, unde este aceasta, cine este acolo? Există oameni pe care îi cunoașteți? Există animale? Sau nu este nimeni? Cum vă simțiți în acest loc? Țineți minte toate culorile...lumina... formele...sunetele...atingerile...mirosurile. PAUZĂ.

2. Acum pregătiți-vă încet pentru revenire. Porniți ușor. Când doriți, deschideți ochii și sunteți din nou în această încăpere. Dacă cineva dorește să se scoale, să se întindă, poate să o facă. ” (relaxarea și fantezia durează cam 10 min.).

MENȚIUNE: dacă cineva întrerupe înainte de sfârșit, zâmbiți-i și neverbal susținuți-l. Să facă ce vrea, dar să tacă.

3. Acum aș dori să desenați locul vostru de relaxare. Arătați prin linii, forme și culori unde ați fost, cum v-ați simțit ce ați văzut și trăit. Transmiteți trăirile pe hârtie. Nu este important cum desenați, important este să aibă o însemnătate pentru voi. (După terminarea desnului). Dați nume acestui loc (susțineți-i să găsească o denumire locului unde s-au simțit plăcut: de exemplu „Plaja Anei sau Livada lui Petru...” Schimbări în cerc: care este locul lor de relaxare, unde au fost, cum s-au simțit, când au fost cel mai relaxați, ce este ceea ce i-a făcut să se simtă așa, cum se numește desenul și de ce așa?

4. SFÂRȘIT: Exercițiul încrederii. Se împart în trei: doi se întorc cu fața spre cel din mijloc; el se lasă legănat (încât îl împing, parcă l-ar legăna). Încep astfel încât stau

aproape (oscilația legănării să fie mică), iar prin creșterea plăcerii și siguranței, se mărește distanța (dar iarăși în zona plăcerii și legănării) (5-6 min.).

SCOPUL tuturor acestor atracții:

- Să învețe cum să se relaxeze;
- să se scoată în evidență imaginația, să-și găsească locul lor de liniște;
- să iese în evidență încrederea reciprocă.

7. Atelierul de lucru: GRIJILE MELE (CE MĂ ÎNGRIJOREAZĂ)

1. Cercul numelor: un copil se ridică, face un gest și spune numele său (de exemplu: Marina și desface mâinile sau sare pe un picior...) Toți ceilalți se ridică și repetă după ea gestul ei. Apoi următorul copil și din nou toți și așa pe rând..
2. Cercul preocupărilor mele: pe hârtie format A4 cu un cerc mare (preațiți dinainte A4 cu cercul). — desenează în cerc ceea ce îi preocupă cel mai mult, despre care problemă gândește. Schimbări în cerc: care le sunt impresiile cu privire la aceasta: A fost greu să desenezi, ce v-a fost mai greu...? Care vă este cea mai mare grijă?
3. Iar acum: ce putem să facem cu grijile care ne chinuie? Cum poți singur să-ți faci ziua mai plăcută, ce poți să-ți faci să-ți fie mai frumos? Schimbări în cerc.
4. Ce să facem cu grijile care durează mai multe zile? Putem să inventăm un ajutor care va rezolva aceasta. Sigur vă întrebați cum? Uite, așa: Închideți ochii, relaxați-vă, imaginați-vă ființa sau lucrul care vă va ajuta să anulați, să măturați, să ștergeți din cap ceea ce vă îngrijorează, poate să fie cineva din poveste sau ca o radieră fermecată sau ceva ce imaginația voastră poate să inventeze. (Susțineți-i să caute rezolvări cât mai creative și ingenioase, ale lor personale). De fiecare dată când sunteți îngrijorați trebuie numai să includeți ajutorul — singuri găniți-vă cum. Schimbări în cerc; ce au inventat; cum se include.
5. Vom face niște exerciții ca să ne mișcăm puțin:
 1. Exercițiu: rotiți capul încet din dreapta spre stânga, înapoi, în dreapta, înainte și apoi repetă totul din cealaltă parte, cu ochii închiși. Imaginează-ți că ți-e capul ușor, ca un balon. Repetă cu ochii deschiși; lasă privirea să plutească după mișcările capului.
 2. Exercițiu: dă-te jos de pe spatele meu. Stați cu picioarele depărtate, genunchii relaxați, tălpile paralele. Mâinile să atârne lejer pe lângă corp. Respirați regulat și lăsați barba moale. Ridicați coatele în dreptul umerilor, depărtați așa mâinile ridicate și apoi, brusc, aruncați-le în spate strigând „Dă mi te jos de pe spate”. Repetați acest exercițiu de câteva ori, dând vocii voastre expresia unei bune dispoziții. (Coordonatorul demonstrează)

SFÂRȘIT: masați ceafa și spatele (fiecăruia din fața voastră)

SCOPUL acestor activități:

- Să iasă în evidență poziția proactivă;
- să iasă în evidență imaginația și creativitatea;
- să învețe tehnica eliberării de tensiune.

8. Atelierul de lucru: **EXPRIMAREA SENTIMENTELOR**

1. Plimbare prin spațiu: toți stau în cerc. Coordonatorul le spune: La semnul meu porniți să vă plimbați prin încăpere. Gândiți-vă pe unde veți merge, gândiți-vă că sunteți obosiți. Cum ați merge dacă ați fi obosit? Porniți: obosit..(30 sec.)...Acum nervos (30 sec.), acum speriat (30 sec.).. trist (30 sec.), acum prostește, aiurit (30 sec.), iar acum vesel (30 sec.).

MENTIUNE COORDONATORULUI: fiți atenți la semnele neverbale de neliniștire, dacă copilul este înțepenit până când se plimbă prin încăpere, dacă are palmele strânse, dacă se scarpină, sugă degetul sau roade unghiile. Se pun în cerc:

2. Limbajul corpului: Ce face corpul când suntem obosiți? Cum spune corpul vostru că este obosit? Arătați toți la semnul meu. Acum numai mâinile să arate că sunt obosite, iar acum numai picioarele cum sunt obosite. Arătați acum cu vocea că sunteți obosiți. Repetați întrebările pentru supărare, sperietură, tristețe, bucurie.
 3. Cercul sentimentelor: încercați acum să vă imaginați că toate sentimentele voastre, pe care le-ați avut în zilele trecute se află într-un cerc. Cât spațiu, ce culoare și care loc l-ar avea fiecare sentiment în acest cerc? Cât este și ce culoare are bucuria lor, frica, tristețea, furia, iubirea, gelozia? Ce din acestea se află în cerc? Desenați aceasta pe hârtie: folosiți altă culoare pentru fiecare sentiment. Schimbări în cerc: ce este în cercul sentimentelor
 4. Cum se întoarce cercul vostru înăuntru? Cum se schimbă sentimentele: repede, brusc sau încet? de ex.: puțin vesel, puțin trist sau vesel, mai puțin vesel și mai puțin vesel, apoi trist...Schimb depăreri: povestesc despre cum li se schimbă dispoziția și de ce depinde aceasta.
 5. Arătați cu fața cum vă simțiți acum.
- SCOPUL acestor activități:
- Să iese în evidență observarea și exprimarea sentimentelor.

9. Atelierul de lucru: COMUNICAREA SENTIMENTELOR

1. Exerciții în doi: oglinda sentimentelor. Se împart în A și B . La semnul coordonatorului, A își schimbă expresia feței, exprimând anumite sentimente, iar B îl imită în același timp, ca și cum imaginea lui se află în oglindă. După 2-3 minute coordonatorul dă semn să se schimbe rolurile. Mențiune: să nu folosească mâinile, nimic, doar fața! Păreri despre aceasta: cum le-a fost într-un rol și în celălalt, ce le-a plăcut, ce nu? Ce este mai greu? **COMENTARIU.** Aceasta este o gimnastică bună a feței, dar în același timp devenim conștienți câți mușchi lucrează pentru a ne putea exprima sentimentele, câte expresii diferite oferă fața noastră, ce bogăție este aceasta!..
2. Comunicarea spatelui: membrii perechilor sunt așezați în așa fel, încât sunt întorși cu spatele unul la celălalt; spatele li se atinge cu toată suprafața (conducătorul demonstrează). La semnul conducătorului, A trebuie să transmită cu spatele sentimentele lui B și când termină spune „Gata”, iar B trebuie să ghicească care este acest sentiment. Poate fi unul din următoarele 4 sentimente. BUCURIE, TRISTEȚE, FURIE, FRICĂ. A trebuie să aleagă cum și ce va arăta cu spatele când termină un cerc, schimbă rolurile. Jocul durează măcar 4 cercuri pentru fiecare membru al unei perechi. Modificări în cerc: au reușit să recunoască sentimentele; cum s-au simțit până au făcut aceasta.
3. Jocul recunoașterii sentimentelor: Un copil își imaginează ceva ce i s-a întâmplat și interpretează, arată prin expresia feței și mișcări un anumit sentiment. Ceilalți ghicesc despre care sentiment este vorba. Cine ghicește, primește rolul actorului.
4. Exerciții de încredere în 2: leagănul (se prind de încheietura mâinilor, se ghemuiesc și se ridică împreună în același timp). Repetă de câteva ori, coordonatorul ajută acolo unde este nevoie.

SCOPUL acestor activități:

- Să iasă în evidență observarea și exprimarea sentimentelor;
- să iasă în evidență schimbările.

10 Atelierul de lucru COMUNICAREA ȘI NEÎNȚELEGERILE (1)

1. Cercul numelor: spune numele tare într-un mod neobișnuit, cum nu ai făcut până acum (determină-i să găsească o soluție, iar dacă nu merge, dă exemplu; de ex. N a a a t a l i a sau asemănător).
2. Deosebiri privind izvorul neînțelegerilor. Se împart în 2 grupuri (coordonatorul spune: aceștia într-un colț al încăperii, ceilalți în celălalt). Este important ca să fie suficient de depărtați să nu poată să vadă desenul destinat celui alt grup. Unui grup i se arată desenul vazei: privesc toți scurt (desenul se plimbă de la unul la celălalt, să vadă toți). Celui alt grup i se arată desenul profilului, privesc, toți scurt (desenul se plimbă de la unul la celălalt, să poată vedea toți). Coordonatorul înlătură desenele. Se așează în cerc și coordonatorul arată fiecărui în parte pentru câteva secunde cele 2 desene vază/profil. Modificări în cerc: ce au văzut în ultimul desen? (fiecare spune ce a văzut). Apoi cele 2 desene se pun în mijlocul cercului pentru a vedea toți. Modificări în grup. Confruntarea diferitelor păreri. De ce au avut loc asemenea deosebiri? COMENTARIU: Uneori ne este greu să ne înțelegem, deoarece nu vedem lucrurile în același fel.
3. Pantomimă în lanț: un copil își imaginează o activitate și o artă prin pantomimă (de ex.: Ungerea pâinii cu unt), altul încearcă să ghicească ce este aceasta și continuă (de ex. ia cana), al treilea ghicește și continuă (toarnă lapte în ceașcă) etc fără cuvinte și înțelegere, numai prin pantomimă. Nimeni nu reface greșit recunoașterea altuia, ci doar când se aliniază toți, se vorbește despre ceea ce s-a jucat. Modificări în cerc: Ce și-au imaginat și ce s-a întâmplat la capăt? De ce nu reușim totdeauna să ne înțelegem bine?
4. Abla—babla cu perechi: discuții cu o limbă neînțeleasă, cu maxilarele și mușchii feței lejeri.

SCOPUL acestor activități:

- să se descopere neînțelegerile în comunicare;
- să se evidențieze părerile altora;
- să se evidențieze comunicarea neverbală.

11 Atelierul de lucru: Comunicarea și neînțelegerile (2)

1. Cercul numerelor: spune numele tău astfel: Maria Ma-pa-ri-pi-a...
2. Desenarea după ordin: Se lucrează cu perechi, copiii câte 2 sunt întorși cu spatele unul celuilalt, dar stau suficient de aproape să audă unul pe celălalt. Un membru al perechii primește un desen obișnuit în mâini, trebuie să-l, dea celuilalt să-l deseneze la fel, dar fără să spună numele celui care l-a desenat: de ex. dacă desenul reprezintă un cărucior format din 2 cercuri și un dreptunghi, nu are voie să spună că aceasta este un cărucior. Dacă acesta este schița feței — cerc cu 2 puncte și 2 linii — nu are voie să spună că este fața. Când comparați modelul și desenele, se schimbă rolurile.
3. Modificări în grup: Observarea deosebirilor între original și copii. De ce s-a ajuns la asemenea deosebiri? A fost greu să se deseneze la fel? De ce? Mențione coordonatorului: Scopul este să observe anumite puncte de vedere și greutățile să se povestească cuiva care nu vede ceea ce vezi și tu, dar nu să facă o copie exactă a originalului.
4. Jocul: fă casa, dă-rămă casa, schimbă casa. Copiii se împart în trei. Doi stau unul în fața celuilalt, ridică mâinile în sus ca să li se aringă degetele — să facă acoperișul casei. Al treilea copil stă între ei—el este chiriaș în casă. Când coordonatorul spune <<Fă casa>> copiii care contruiesc casa se despart și caută un nou partener pentru construirea casei. Chiriașii rămân acolo unde sunt. Când coordonatorul spune <<Schimbă casa>> chiriașii schimbă locul și rolurile — chiriașii pot să devină case, iar casele chiriași. Se face repede fără o înțelegere verbală. Dacă numărul copiilor în grup nu se împarte cu 3, coordonatorul poate să permită ca unele case să aibe ziduri duble sau 2 chiriași. Scopul este ca copiii să se distreze, să se miște și să exerseze, să asculte atent îndrumările.

SCOPUL

- să se descopere neînțelegerile în comunicare;
- să se scoată în evidență punctele de vedere ale altora;
- să se scoată în evidență claritatea în comunicarea verbală.

12 Atelierul de lucru: NEÎNȚELEGERI CU PĂRINȚII

1. Jocul DA-NU: se aliniază în 2 rânduri, unii în fața celorlalți; unii au sarcina să vorbească mereu NU și să-l determine pe celălalt să spună la fel; altul vorbește mereu DA și încearcă să-l determine pe celălalt să spună la fel. Pot să folosească diferite trucuri neverbale, strategii și convingeri.
1. Experință cu părinții: Ce face mama ta când spui NU VREAU? Dar ce face tatăl când spui NU VREAU? Modificări în cerc.
2. Ce caută părinții tăi, iar tu, de obicei, spui sau te gândești în sine <<NU VREAU>>? Ce crezi, ce doresc ei când îți cer ție asta? modificări în circuit.
3. Cum să se înțeleagă părinții și copiii mai bine? (Lasă-i pe ei să facă propuneri, spune - le că NU VREAU poate să spună altfel, dar nu să renunțe la nevoile lor. De ex.: „Mie asta nu îmi priște...”). Modificări în circuit.
5. Lanțul mutărilor: coordonatorul începe: transmite celui de lângă el, al doilea celui de lângă el, etc. Regula este să te uiți mereu și să primești mesajele numai de la cel de lângă tine, indiferent ce fac alții. Conducătorul uneori schimbă lungimea duratei circuitului.
 1. cerc: trosnirea degetelor
 2. cerc: lovirea picioarelor
 3. cerc: tropăitul plus lovitura picioarelor
 4. cerc: tropăitul picioarelor
 5. cerc: înghețarea (înțepenirea)

SCOPUL

- să se descopere neînțelegerile în comunicare;
- să se scoată în evidență punctul de vedere al altora;
- să se scoată în evidență comunicarea verbală.

13. Atelierul de lucru: PORECLE JIGNITOARE

1. Conducătorul citește versul:

Copiilor le plac cuvinte amuzante;

cum sunt _____,

cum sunt _____,

cum sunt cum sunt...

(D. Radovic)

Discuție: Care mai sunt cuvintele amuzante care vă plac? Lăsați copiii liber să asocieze.

Comentariul conducătorului: Sunt și unele cuvinte care nouă ne par amuzante, dar ele pot jigni pe cineva. De exemplu porecele, care porecle nu vă plac sau credeți că pot jigni pe prietenii voștri?

2 Porecele jignitoare. Sarcină pentru copii. Copii spun porecle, iar coordonatorul le scrie pe tablă. Dacă copiii au însușit scrisul, pot să scrie porecle pe hârtiute. Instructorul atunci adună hârtiuțele și citește una câte una (sau citește pe care îl cheamă așa (de ex: „Grasul”, „Orbul” etc.)? De ce el se simte așa, ce vrea? îndrumă copiii să-și imagineze că asta li se întâmplă lor și că încearcă să-și imagineze cum s-ar simți, de ce (simt nevoia ca prietenii să-i prețuiască, să-i accepte, etc.)?

Discuții: De ce copiii dau porecle altora? cum puteți glumi, dar nimeni să nu fie jignit?

Comentariul coordonatorului: Când vă amintiți o poreclă important este să verificați cu prietenul sau prietena cum se simte când aude această poreclă. Dacă observați că lui sau ei nu-i convine, nu îl chemați așa.

3. Poreclă după dorință. Sarcină pentru copii: care poreclă v-ar place s-o aveți? De ce chiar aceasta? Schimbări: Copiii comentează porecele, vorbesc ce le place, de ce au ales porecla.

4. Joc de sfârșit: Șoarecele fuge. Copiii stau în cerc. Coordonatorul le spune să-și imagineze cum fuge șoarecele în cerc din stânga spre dreapta și că trebuie să-l lase să treacă când ajunge la ei, în așa fel încât vor ridica prima dată piciorul stâng, apoi cel drept. Jocul se repetă, dar ritmul ridicării piciorului se accelerează de fiecare dată.

SCOPUL activităților:

Copiii să înțeleagă că porecele pot să-i jignească, să învețe că este important să poarte de grijă sentimentelor și nevoilor altora, să se joace în așa fel încât nimeni să nu fie jignit.

14. Atelierul de lucru: BÂRFA

1. Bârfa în clasă. Sarcină pentru copii: jocul rolurilor. Copiii se împart în grupuri de câte 5. 4 sunt elevi, iar unul este învățător. Fiecare grup trebuie să pregătească un spectacol pentru ceilalți în care elevii se bârfesc unii pe alții învățătorului, iar învățătorul încearcă să-i liniștească. Discuții: După fiecare spectacol, coordonatorul întreabă cum s-a simțit, ce a vrut acela care a bârfit, pârâtul și învățătorul.

Modificări: Cum ați putea singuri să rezolvați asemenea neînțelegeri?

Jocul rolului: în grupuri mici, la fel ca în primul joc. Încercați să spuneți prietenului sau prietenei ce vă deranjează? Încercați să înțelegeți de ce face așa el sau ea. Întrebați cum, se simte el sau ea și ce vrea? puteți găsi vreo soluție în așa fel încât toți să fiți mulțumiți?

Modificări : Dacă au reușit să găsească soluția.

2. Lista comportărilor care îi deranjează. Sarcina pentru copii: Haide acum să încercăm și alcătuim lista comportărilor care vă deranjează. Amintiți-vă ce v-a deranjat în comportamentul prietenilor sau prietenelor voastre. Modificări: copiii vorbesc, iar instructorul scrie pe tablă.
3. Semnul sentimentelor. Sarcină pentru copii — desen: Puteți să faceți un fel de semn care vă va reaminti să spuneți cum vă simțiți celui care se comportă într-un mod care vă deranjează. Născociți singuri cum va arăta semnul, totul ce trebuie acolo desenat... trebuie să se vadă că este semnul vostru. Desenează .

Schimbări de desene: Tratați și descrieți ce ați desenat.

SCOPUL activităților:

- Copiii să încerce să recunoască sentimentele personale și ale altora;
- să-și asume răspunderea pentru rezolvarea neînțelegerilor și conflictele cu copiii de aceeași vârstă.

15. Atelierul de lucru: COLABORAREA

1. Jocul cu mingea (sau mingea de hârtie). Stau în cerc. Aruncă mingea de la unul la celălalt, dar înainte de a o arunca, spun numele celui la care o vor arunca. După aceea, se poate spune în loc de nume, culoarea părului, a ochilor Alexandrei: ochii negri de ex.).
2. Desen colectiv fără înțelegere: copiii se împart în grupulețe de câte 4. Sarcina este să facă un desen comun, dar nu au voie să se înțeleagă dinainte ce vor desena, dar nici în timpul ce desenează nu au voie să vorbească. Toți încep în același timp pe hârtiile lor format A4. Desenează ceea ce doresc, dar nu au voie să se uite ce fac membrii grupului lor. După terminarea desenului membrii grupului înșiră 4 desene după cum se înțeleg și trebuie să inventeze o poveste care să se refere la toate desenele și trebuie să dea nume poveștii.
3. Prezentarea desenului: reprezentantul fiecărei grup arată desenul comun și povestește povestea care le leagă. Observați tema care apare pe aceste desene separate. Modificări în grup: le-a fost greu să se înțeleagă să înșire desenele să inventeze povestea?
4. Sfârșit: Dușul cu mesaje frumoase. Se aliniază în 2 rânduri, unii în fața celorlalți. De la un capăt pornește unul, printre rânduri, iar toți ceilalți, după cum apare îi adresează un zâmbet, un mesaj frumos, personal sau îl mângâje. Când trece printre rânduri, se oprește la capăt și pornește al doilea, de la capătul rândului. Și așa unul câte unul, până nu se înșiră toți. (5 min.)

SCOPUL acestor activități este:

- să se impulsioneze colaborarea;
- să se scoată în evidență comunicația verbală;
- să se evidențeze imaginația;

16. Atelierul de lucru: COLABORAREA (2)

1. Cercul numelor: Eu sunt Marina și îmi place... Următorul copil repetă, Marinei îi place..., iar eu sunt Doru și îmi place... și așa pe rând, fiecare repetă ce a spus precedentul în cerc.
2. Dau și primesc: copiii se împart în grupuri de câte 5. Fiecare copil primește un desen obișnuit — conturul unui animal, al casei, florilor, obiectelor. Important este ca fiecare copil să aibă un desen diferit. Duplictele acestor desene, coordonatorul le taie în 5 bucăți, le amestecă, astfel, că fiecare copil primește 5 bucăți diferite și trebuie prin schimb să ajungă la acele părți de care are nevoie pentru a alcătui conturul pe care l-a primit la început. Regula schimbului este că nu au voie să caute ceea ce le trebuie (nici verbal, nici neverbal), pot numai să dea alților ceea ce cred că le trebuie (fără cuvinte). Deci, este nevoie să aibă grijă ce trebuie alților și să aștepte până alții nu obsearvă de ceea ce au nevoie. Varianta mai complexă: coordonatorul nu taie duplicatele conturilor, ci conturile originale și copiii trebuie să rețină care desen au avut și să-l aranjeze din nou prin schimb.
3. Trasmiterea balonului: 2 benzi (panglici sau ce este de stofă sau hârtie cu lățimea 8-10 cm); pe ele se pun 2 sau 3 baloane umflate; copiii se împart în perechi; fiecare pereche are sarcina să transmită baloanele de la un capăt al încăperii la celălalt, dar să nu cadă. Amândoi țin în fiecare mână câte un capăt al fiecărei panglici). Modificări în grup: Ce le-a fost greu, ce au făcut ca să nu cadă baloanele?...
4. Oglinda vie: Participă tot grupul deodată. Câte 2 jucători stau în fața celuiilalt. Unul își imaginează că prezintă o activitate (pirptănarea) și începe încet să facă o mișcare, altul începe să-l imite ca și în oglindă. Primul jucător lărgeste mișcarea sa, iar altul îl urmărește mereu, astfel că la sfârșit nu se știe cine urmărește și cine poartă jocul. Se schimbă rolurile.

SCOPUL activităților este:

- Să se impulsioneze colaborarea;
- să se evidențieze comunicarea neverbală;
- să se evidențieze imaginația.

17. Atelierul de lucru: VISUL (1)

1. Copiii în perechi, cu ajutorul corpului scriu litera pe care o știu. Prima dată o jumătate din grupă, iar ceilalți ghicesc care este litera scrisă, apoi schimbă rolurile.
2. Ce visați: Când dormim, uneori visăm ceva frumos, iar uneori ceva urât sau îngrozitor. Modificări în cerc: Ce ați visat voi zilele acestea: frumos sau urât?
3. Desenați cel mai urât vis: Modificări în cerc: fiecare arată desenul său și explică ce este desenat. Mențiuni: coordonatorul adună desenele și trebuie să le aducă la următoarea lucrare.
4. Dar ce să facem cu visurile îngrozitoare? Putem forma ajutoare care vor rezolva problema aceasta. Sigur vă întrebați cum? Uite, așa: Închideți ochii, relaxați-vă și închipuiți-vă ființa sau lucru care vă va ajuta să măturați, ditrugeți, ștergeți din cap visul care vă sperie; poate fi o ființă din poveste, o actriță fermecată sau ceva ce vă imaginați. (Susțineți-i să caute ceva creativ și plin de spirit. De fiecare dată când vă apare o asemenea imagine, trebuie să includeți ajutorul — singuri veți inventa cum. Modificări în cerc; ce au inventat; cum se include.
5. Jocul pantomimei: Jocul de-a mâncarea: arătați ce mâncați mimând. Prima dată imaginează-ți ce va fi, iar apoi arată cum se mănâncă. Ceilalți ghicesc. Merge în cerc, fiecare copil arată, când cineva ghicește, se merge mai departe în cerc.

SCOPUL activităților este:

- Să se exprime conținutul;
- să se evidențieze imaginația.

18. Atelierul de lucru: VISUL (2)

1. Jocul: mișcarea animalelor. coordonatorul începe jocul, iar apoi copiii pot prelua și da indicații. Copiii trebuie ca la semnul coordonatorului să arate cu palmele cum se mișcă animalul pe care coordonatorul îl numește. De exemplu: coordonatorul spune <<pasărea>> iar copiii arată cu palmele mișcările zborului.
2. Ce ați visat frumos? Desenați visul vostru cel mai frumos. Modificări în cerc: Fiecare arată desenul său și explică ce reprezintă.
3. Desfășurarea visului: Haide acum să facem un spectacol din visurile voastre. Ne vom împărți în 4 grupuri. Fiecare grup se va înțelege cum va juca ceea ce s-a întâmplat în vis. Împărțiți fiecărui grup vise urâte și frumoase pentru a face din ele un spectacol. Coordonatorul trebuie să ajute fiecare grup să nu se certe la împărțirea rolurilor... Încuranța-i ca să introducă și ceva nou ce nu este desenat. Se vorbește și încearcă rolurile în grup. Fiecare grup interpretează spectacolul său. Spectatorii comentează: Ce le-a plăcut, ce nu le-a plăcut, care este sfârșitul. Susțineți-i să caute rezolvări optimiste.
4. Sfârșit: Șezutul în grup în poală: toți se aliniază în cerc, se întorc lateral, fiecare copil aranjează talpa stângă a sa ca să atingă talpa copilului din fața lui și din spatele lui. Când se aranjează se așează celui de după în poală. Dacă exercițiul a reușit, pot încerca să meargă încet așa șezând...

SCOPUL activităților este:

- să se exprime conținutul;
- să se evidențieze imaginația

19. Atelierul de lucru: FURIA MEA (1)

1. Cercul numelor: Strigă numele tău cât de tare poți, urlă... strigă numele tău plus A-HA tare și răspicat (ex. Maria A-ha!)
2. Trăirea furiei: jocul asociațiilor în cerc. Completați repede: Sunt furios ca...(leul etc.).
3. Trăirea interioară a furiei: localizarea. Toți suntem uneori mânioși. Închideți ochii și încercați să vă amintiți cum este când sunteți furioși: unde începe în cap să crească furia, cum se extinde, până unde ajunge? Modificări în cerc: unde în corp simțiți furia, de unde începe, cum se extinde, până unde ajunge?
4. Strategia liniștirii: modificări în cerc: Când sunteți furios, cum vă liniștiți? Ce faceți la ce vă gândiți? Cum reușiți cel mai ușor să vă liniștiți?
5. Nodul: Toți se prind de mâini și trec sub mâinile celorlalți, se împletesc până se înnodă; când nu mai au pe unde să străpungă, atunci se despletesc. Important este că în timpul întregului joc nu au voie să lase mâinile, să nu întrerupă cercul.

SCOPUL activităților:

- să li se dea posibilitatea să-și exprime furia;
- să dezvolte strategiile de depășire a furiei.

20. Atelierul de lucru: FURIA MEA (2)

1. Votarea furiei: Găsiți vocea sau silaba care cel mai bine exprimă furia. Poate fi și sâsâitul <<ssss>> sau altă expresie. Acum exprimați furia cu vocea (în cerc). Haideți acum toți împreună, fiecare în felul lui.
 2. Modificări în cerc: Ce vă poate înfuria?
 3. Desenați furia voastră: Găsiți forma adevărată, culoarea pentru furia voastră.
 4. Modificări în cerc: Explicarea desenului. Coordonatorul, îi spune fiecăruia după ce a prezentat desenul. Acum fi desenul acesta și vorbește (dă voce furiei tale). Ce spune furia ta despre sine?
 5. Așteptări de la alții: Ce ți-ar place să facă alții, cum să se comporte față de tine, când ești tu furios? Modificări în cerc. Dar cum se comportă ei în general? Modificări în cerc.
 6. Ce putem face când suntem furioși, dar să nu facem rău nici nouă nici altora?
 - a) să răsucim nervos prosopul sau ceva asemănător; b) să lovim cu el patul sau cu mâinile pe perină, urlând; c) luați o hârtie și mototoliți-o prin mișcări furioase. (pot desena ceea ce îi enervează și apoi să fofolească). Hârtia șifonată aruncați-o departe. d) urlând ca leul, lăsați-vă pe genunchi și puneți palmele pe genunchi. Apoi deschideți gura, relaxați mușchii feței, mutăm lejer maxilarul stâng spre dreapta, scoateți limba cât puteți și expirați fără să se audă. e) reamintiți-le exercițiul relaxării — să stea jos, să inspire și să respire încet și să-și imagineze că din vârful capului se lasă un val de relaxare și că îi cuprinde până la vârful degetelor de la picioare.
- SCOPUL activităților:
- să li se dea posibilitatea să-și exprime furia;
 - să dezvolte strategiile de depășire a furiei;

21. Atelierul de lucru: CONFLICTE

1. Copiii se plimbă prin încăperie lovindu-se. La semnul coordonatorului, „îngheață” și iau o poziție supărată. Coordonatorul merge de la copil la copil, „îi dezgheață” unul câte unul și le pune întrebarea „Cine ești tu acum?”, „De ce te simți așa?”
2. Jocul „micul vrăjitor”: spuneți copiilor ca să-și închipuie că au puteri fermecate, că pot să facă tot ce le vine în minte. Cum ar rezolva problema neînțelegerii dintre câine și pisică? Căutați de la fiecare să deseneze rezolvarea: cum să trăiască în liniște pisica și câinele; ce le-ar face, cum i-ar schimba sau ce le-ar da ca să trăiască în liniște? (Susțineți-i să caute rezolvările lor, să dea drumul la imaginație. Compararea și gruparea rezolvării după asemănări în grup. Variantele rezolvării pe care le-au dat copiii: legarea, închiderea, îngrădirea, facerea unui amestec care să aibă caracteristicile și câinelui și a pisicii; de-al treilea - intermediar; să crească de mici împreună; bețișorul fermecat pentru a-i face să se iubească...). Modificări în cerc: ce rezolvare au inventat? Arătați că în fiecare conflict este nevoie ca ambele părți să se schimbe puțin, să cedeze fiecare parte.
3. Conflictele mele: Cu cine vă certați cel mai mult? În legătură cu ce? De ce? Modificări în cerc.
4. Cum s-ar putea rezolva ca să fie toți mulțumiți? Conflictele noastre se termină de obicei așa: unul câștigă, altul pierde sau ambii pierd sau ambii pierd puțin și câștigă puțin. Vom încerca să găsim o soluție care îi va mulțumi pe toți. (Alegeți un conflict tipic și instructorul cheamă doi voluntari care vor juca părțile în conflict, să joace conflictul așa cum s-a întâmplat. După aceea toți încearcă să propună soluții constructive pentru conflict). Cum s-ar putea rezolva conflictul într-un mod nou, pentru ca ambele părți să fie mulțumite? (Câțiva voluntari vor juca fiecare soluția propusă). Desenați despre aceasta: cum au ajuns la acea soluție? Dacă ambele părți au fost mulțumite cu soluțiile? Dacă nu merge, coordonatorul îi stimulează să se gândească cum s-ar soluționa acel conflict ca o comedie (să-și imagineze că este scena din film-comedie) sau cum s-ar rezolva în poveste?
5. Sfârșitul: „nodul”. Câte 10 participanți stau în cerc, închid ochii, întind mâinile și încearcă să prindă mâinile cuiva: când fiecare dintre ei are în mâna lui mâna cuiva, deschide ochii și încearcă să se despletească (ca hora). Regula jocului este ca toți să facă fără a se vorbi, numai neverbal.

SCOPUL activităților:

- Să se evidențieze soluționarea constructivă a conflictelor.

22. Atelierul de lucru: FRICA (1)

1. Presimțiri în timpul plimbării: copiii se împrăștie prin încăpere, la 40-60 cm depărtare unul de altul. La semnul coordonatorului, închid ochii și pornesc să se plimbe prin încăpere, pe unde vreau. Apoi trebuie să tacă și să țină mâinile lăsate pe lângă corp. La semnul STOP, se opresc și fără a pipăi, cu ochii închiși, încearcă să ghicească câți oameni sunt în jurul lor și unde sunt, la ce depărtare. Coordonatorul le reamintește: observați dacă este cineva în spatele vostru, lângă voi, în dreapta, lângă voi, în stânga, în fața voastră. Dar nu deschideți ochii! ”După 20 de secunde, deschid ochii și verifică cât de exactă le este observația. Jocul se repetă: închid ochii, pornesc la plimbare până când coordonatorul nu spune STOP. Estimează cu ochii închiși, deschide ochii, verifică. Repetă din nou. **MENȚIUNE COORDONATORULUI**: Fiți atent la siguranța în timpul mișcării, dacă participanții se mișcă liber în mulțime, dacă se țin unii de alții, dacă se pipăie, întind mâinile în fața lor, dacă râd sau zâmbesc... Dacă cineva dintre ei se uită din când în când? Pe scurt, înregistrați toate semnele anxietății.
 2. Modificări în cerc: Cum se simt în timpul plimbării, dacă au tremurat puțin, de ce? Cât au avut succe în evaluare?
 3. Trăirea fricii: jocul asociației în cercul Copletați repede:
 - Sunt speriat ca (iepurele etc.)...
 - Eu sunt...(a înțepenit) de frică...
 - Când mă speră îmi vine să...(urlu, etc).
 4. Trăirea interioară a fricii: localizarea. Primesc ca temă corpul omenesc, numai conturul. Desenați unde începe, pe unde se extinde, ce culoare ar avea dacă ar fi colorată, ce intensitate, ce mărime...încercați să arătați folosind creioanele colorate. Modificări în circuit: unde și cum simt frica. (arată desene și comentează). Comentariu: Când vorbim despre frică, cel mai des ne gândim la acea care ne deranjează. Există frică care ne ajută, care este folositoare, care ne avertizează să evităm pericolele (sunetul sirenei de la autoturism — mișcările bruște...)
 5. Strategia intimidării: modificări în circuit: Cum vă luptați împotriva fricii care vă deranjează? Ce faceți să vă eliberați? Modificări în circuit.
- SCOPUL activităților este:
- să li se dea posibilitatea să exprime și împartă teama; (frica)
 - să dezvolte strategia pentru depășirea fricii;
 - să se evidențieze imaginația;
 - să se evidențieze colaborarea.

23. Atelierul de lucru: FRICĂ (2)

1. Cercul numerelor: Șoptește timid numele tău.
2. Închideți ochii și încercați să vă amintiți de situație, ființe, lucruri, întâmplări sau oameni care vă stârnesc teama. (1 min.)
3. Desenați ceea ce vă sperie cel mai mult. modificări în circuit: Ce vă sperie, în legătură cu ce simțiți teamă?
4. Ce putem face să învingem frica care ne deranjează: putem folosi imaginația noastră împotriva fricii. Închideți ochii: Acum încercați să alcătuiți ajutorul care va rezolva tot ceea ce vă sperie...Poate fi vreo ființă din poveste sau cineva adevărat sau vreo ființă imaginară sau obiect. Important este să vă gândiți cum îl veți chema când aveți nevoie. Modificări în circuit: Cine sau ce le este ajutor? Cum funcționează?
5. Scut împotriva fricii: acum, împreună, în grupuri a câte 4 vom face scut împotriva fricii. Puteți încerca să desenați ceea ce vă sperie și să adăugați ceva ce va face ca ilustrația să devină amuzantă, interesantă...Sau să desenați ajutorul vostru. Voi hotărâți din ce veți face acest scut...Dați câte un punct de hârtie la câte 4 participanți să lucreze cum vor sau fiecare să deseneze în colțul său sau să se vorbească ce vor desena și apoi să realizeze împreună (pot și separat pe A4 și să agațe pe hârtie). Modificări: reprezentantul fiecărei grup reprezintă sentul.
6. Sfârșit: ZUM-BA în cerc. Coordonatorul începe cu ZUM, cel de lângă el acceptă repede și așa pe rând, dar fiecare o dată are dreptul să spună BA. La BA, ZUM se întoarce înapoi, până când cineva nu spune BA.

SCOPUL activităților este:

- să li se ofere copiilor posibilitatea să-și exprime frica și să o împartă;
- să dezvolte strategiile pentru depășirea fricii; un acces activ la toate problemele;
- să se evidențieze imaginația;
- să se evidențieze colaborarea.

24. . Atelierul de lucru : TRISTEȚEA

1. Desenați fața tristă.
2. Ce vă face trist? Modificări în circuit.
3. Unde simțiți în corp tristețea, ce culoare ar avea dacă ar fi colorată? primesc formele corpului și indică unde simt și cum trăiesc tristețea. Modificări în circuit: Unde simt tristețea; cum arată ea?
4. Ce faceți de obicei când sunteți trist? Vă place să fiți singuri sau căutați să fie cineva cu voi? Cine?
5. Modificări în circuit: plânsul ușor? Când ați plâns ultima oară? COMENTARIU: plânsul ajută, liniștește, relaxează.
6. Important este să știți să râdeți de sine: Haideți să încercăm: închideți ochii și zâmbiți. Păstrați această expresie până nu spun „Este bine”(durează 1 minut). Modificări în circuit: Cum vă simțiți acum?
7. Modificări în circuit: Ce faceți ca să nu fiți trist?
8. Ce pot face alții ca să vă înveselească? Prietenii? Părinții?
9. Descântec. Acum vom încerca altceva: cum putem unii altora să ajutăm ca să ne simțim mai bine? (se împart în 2 grupuri: jumătatea dintre ei se ridică și iau poziția „statuia tristeței”, iau poziția lor tipică, ca și când sunt triști. Cealaltă jumătate are sarcina să moduleze, să dea formă, „statuilor triste”, în așa fel încât să facă schimbări pe fiecare figură, să o facă mai veselă. Poate să mute piciorul, mâna, fața, capul etc...) Când face schimbări pe o figură, trece la următoarea, etc. Când toți sculptorii termină sculptura, evaluează ce au făcut, dacă sunt mulțumiți cu opera colectivă. (în tot acest timp staturile stau în poziția în care au fost lăsate; așteaptă să se alinieze toți sculptorii, cam 7 minute). Se schimbă rolurile: cei care au fost statui, devin sculptori. La fel de la început la sfârșit...(în jur de 7 minute). Modificări în circuit: cum s-au simțit ca sculptori și cum ca opere de sculptură? Au simțit schimbări în dispoziție în timpul sculptării?
10. Sfârșit: Toți sunt fericiți, toți fac figura bucuriei. Coordonatorul fotografiază dacă are cu ce...

SCOPUL activităților:

- să se ofere copiilor posibilitatea să-și exprime și împarte tristețea;
- să dezvolte strategiile pentru depășirea tristeții;
- să se impulsioneze prietenii.

25. Atelierul de lucru: DORINȚELE MELE

1. Arată cu corpul cum te simți: Unul arată, iar apoi toți repetă în același timp mișcarea, poziția corpului, expresia feței, ceea ce înseamnă că trebuie să „înregistreze” ce face interpretul.
2. Ce faci de obicei ca să obții ce dorești? Cum îți lămurești părinții să facă ceea ce dorești? Modificări în circuit.
3. Ce faci dacă nu obții ceea ce vrei? Cum te simți atunci? Modificări în circuit.
4. Ce crezi, de ce nu ți-au îndeplinit dorința? Coordonatorul ajută copiii să înțeleagă că nu este semn că alții nu îi iubesc, căci au motiv pentru asta și are de la ei să ghicească motivul.
5. Închideți ochii. Imaginați-vă că ați întâlnit-o pe zâna cea bună. Ce ați dori? Deschideți ochii și desenați pe hârtie ceea ce v-ați dori. Modificări în circuit: Cum s-au simțit în timpul acestui exercițiu? Ce dorințe se agață pe perete (pot să se grupeze cele asemănătoare sau complementare).
6. Sfârșit: Când sunt bucuros îmi vine să...(prima dată spun, apoi în celălalt circuit arată cu corpul cum sunt fericiți)

SCOPUL activităților:

- să înțeleagă că refuzul adulților de a le îndeplini dorințele nu este un semn că nu sunt iubiți;
- să se pună în poziția altora;
- să învețe cum să găsească ceea ce caută;
- să se evidențieze imaginația și sentimentele pozitive.

26. Atelierul de lucru: EU CÂND VOI CREȘTE

1. Ce sunete poate scoate corpul tău? Cine inventează cum poate corpul să emită sunete ridică mâna și arată, apoi toți repetă după el (trăsnitul degetelor, plescăit, etc.).
2. Desenați-vă cum v-ar place să arătați când veți crește. Ce v-ar place să se schimbe la voi când veți crește?...Modificări în circuit: Arătați și descrieți ce ați desenat.
3. Ce v-ar place să faceți când creșteți?
4. Coordonatorul le amintește că au dreptul să se dezvolte. Cum pot adulții să te ajute să te dezolți așa cum dorești? Părinții? Învățătorul/oare?
5. Amintiți-vă ce ați făcut când ați fost mic, acum nu mai faceți pentru că ați crescut? Modificări în circuit: Înainte am făcut asta, dar acum nu...
6. Lanțul mișcărilor: coordonatorul începe: transmite celui de lângă el, celălalt celui de lângă el etc. — regula este ca totdeauna să privești și primești mesaje numai de la cel de lângă tine, indiferent ce alții fac.

1. cerc: plescăitul palmelor
2. cerc: plescăitul și săritul pe un picior
3. cerc: săritul pe celălalt picior
4. cerc: ghemuit
5. cerc: ridicarea cu mâinile în sus

SCOPUL activităților:

- să devină conștienți de sine, de însușiri, deosebiri și asemănări;
- să învețe că au dreptul la dezvoltare;
- să învețe cum să ceară ceea ce le trebuie.

27. Atelierul de lucru: EU ȘI CUM MĂ VĂD ALȚII

1. Joc: micul poștaş. Copii ridică mâinile la înălțimea umerilor, ambele arătătoare întinse <<ca antene>> iar celelalte degete adunate. Fiecare primește mesaj de la cel din stânga lui cu arătătorul stâng, repetă ceea ce a primit până la arătătorul lui drept, iar apoi cu arătătorul drept transmite mesajul pe care l-a inventat singur până la arătătorul stâng al copilului din dreapta lui. Mesajul este modul de deplasare a degetului și sunetul care-l urmărește. De exemplu: copilul face o mișcare de cădere a arătătorul și urmată de voce <<fiuu>>. Copilul, până la el transmite această mișcare prin arătătorul stâng până la arătătorul lui drept șuierând <<Fiuu>>, iar apoi la vecinul din dreapta transmite noul său mesaj: Face mișcări cu arătătorul drept ca și cum ciocănește și spune " Cioc, cioc, cioc...")
2. Care este caracteristica voastră care vă place cel mai mult? De ce nu vă place?
Modificări în circuit.
3. Ce crezi ce-i place cel mai mult mamei tale la tine? Dar tatălui?
4. Dar ce nu le place?
5. Ce le place prietenilor tăi la tine? Dar ce nu le place?
6. Exerciții de încredere: se întorc cu spatele, încrucișează mâinile și așa se ghemuiesc și se scoală de câteva ori.

SCOPUL activităților:

- Să devină conștienți de sine, de caracteristicile lor, deosebiri și asemănări.

28. Atelierul de lucru: PRIETENIA

1. Joc de încălzire: Transmite și schimbă expresia feței. Coordonatorul arată copilului de lângă el expresia neobișnuită a feței, copilul repetă, adaugă ceva personal, copilul de lângă el transmite, adaugă ceva al său și așa pe rând.
2. Modificări în circuit: prietenia este când...
3. Modificări în circuit: nu este prietenie când...
4. Siluate: copiii se împart în perechi și desenează conturul corpurilor unul altuia pe hârtie (copiii trebuie să se culce pe hârtie pentru a-și desena contururile). După aceea fiecare dintre ei își scrie numele pe siluetă (conturul corpului). Apoi, fiecare copil scrie sau desenează un mesaj personal pe contururile tuturor copiilor din grup.
5. Indrumări pentru jocul prietenului secret: Instructorul spune copiilor că fiecare dintre ei va extrage numele unui copil care va fi prietenul secret. Până la lucrarea viitoare, trebuie ca în fiecare zi să-și prelucreze prietenul secret, dar el să nu știe cine face asta. Poate să-i trimită mici cadouri (desene, mesaje frumoase, bomboane sau altceva) prin cineva sau să-i pună în bancă, cu mențiunea <<de la prietenul tău>>
6. Extragerea prietenului secret: Coordonatorul scrie numele tuturor copiilor din grup pe hârtiuțe, împachetează hârtiuțele cu numele copiilor și le întoarce în cutie. Copiii, unul câte unul, extrag câte un nume care indică cine le va fi prietenul secret în următoarele șapte zile (până la următoarea oră). Când extrag numele merg la locurile lor și ascund hârtiuța pentru ca nimeni să nu știe cine le este prietenul secret. Dacă extrag numele lor, îl întorc în cutie și extrag altă hârtiuță.

SCOPUL activităților:

- Să dezvolte noțiunea de prietenie;
- să stabilească noi prietenii.

29. Atelierul de lucru: PRIETENUL SECRET

1. Joc pentru încălzire: transmite și schimbă sunetul. Coordonatorul produce un sunet neobișnuit și îl transmite copilului de lângă el, copilul îl repetă, adaugă ceva personal, copilul de lângă el repetă, adaugă și el ceva și așa pe rând.
2. Descoperirea prietenului secret: Toți stau în cerc. Unul câte unul, copiii stau în mijlocul cercului, închid ochii și atunci i se apropie prietenul secret. Copilul încearcă să ghicească pipăind fața prietenului cu ochii închiși.
3. Modificări referitoare la cum le-a fost să inventeze cum îl vor înveseli pe prietenul secret, ce au făcut; cum le-a fost să primească mesaje de la prietenul secret.
4. Învesește-i pe membrii familiei tale: copiii se gândesc cum să-i înveselească pe părinții să-i, frați/surori, neamuri, dar în secret. Aleg pe cine vor înveseli și cum.
5. Joc: Elefantul și palmierul. Toți stau în cerc. Un copil stă în mijloc, arată pe cineva și spune <<elefant>> sau <<palmier>>. Dacă spune <<elefantul>> copilul pe care l-a arătat se apleacă, unește mâinile și imită trompa. Copiii din dreapta și stânga lui ridică stângă, respectiv mâna dreaptă și prezintă urechile elefantului. Dacă spune <<palmier>> copilul pe care l-a arătat ridică mâinile, iar copiii din stânga și dreapta lasă mâinile jos, imitând creanga palmierului.

SCOPUL activităților:

— Susținerea motivației pentru darea/primirea gesturilor de atenționare.

30. Atelierul de lucru: IUBIREA

1. Cercul numelor: Spune ceva, numele tău
2. Asociații: Iubirea este când... Iubirea nu este când...
3. Exprimarea iubirii: modificări în circuit
Cum ai arăta iubirea
 - Numai cu ochii
 - Numai cu gura
 - Cu toată fața
 - Cu mâinile
 - Cu tot corpul
4. Unde în corp simți iubirea? Ce culori ar avea iubirea dacă ar fi în culori? Primesc
conturul corpului și indică unde și cum simt senzația iubirii. Modificări în circuit:
Unde simt iubirea? Cum arată ea?
5. Cum le-ar place să le arate alții iubirea? Mama, tata, băiatul, fetița...
6. Cercul final: Spune ceva frumos celui de lângă tine.

SCOPUL activităților:

- Să diferențieze trăirea și expresia iubirii.

31. Atelier de lucru: DREPTURILE COPIILOR

1. Cercul numelor. Primul spune încet numele tău, altul puțin mai tare, al treilea și mai tare și așa tot mai tare până la capătul circuitului.
2. Cercul numelor: Primul strigă numele său, al doilea mai încet, al treilea și mai încet și așa tot mai încet până la capătul circuitului.
3. Au oare copiii niște drepturi? Care sunt ele? Modificări în circuit. Apoi hotărâsc în grup: care sunt cele mai importante drepturi ale copiilor. Ajutorul coordonatorului: copilul are dreptul să se joace, să mănânce ce-i place, să fie cu cei care-i plac, să aibă părerea sa, să întrebe ceea ce-l interesează, să învețe, să primească ajutor când are nevoie...
4. Care sunt drepturile tale care nu se respectă? Cine nu le respectă? Modificări în circuit.
5. Cum să-i lămurească copiii pe adulți să respecte drepturile lor? Modificări în circuit.
6. Semnul avertizării. Puteți face așa ca un semn (ca în fotbal sau baschet când arbitrul arată cartonașul) pe care îl veți arăta celui care nu respectă drepturile voastre. Imaginați-vă cum va arăta acest semn, ce va fi desenat pe el...,trebuie să se vadă că este semnul vostru. Desenează. Modificări în circuit: arătați și descrieți ce ați desenat.
7. Sfârșit: Sărutul: Toți stau în cerc. Pe marginea interioară a cercului merge unul din jucători, până când coordonatorul nu spune stop. Cel lângă care a stat merge cu el în mijlocul cercului. Până când ei stau în mijlocul cercului, ceilalți numără: unu, doi, trei: la trei ambii jucători întorc capul unde vor, la stânga sau la dreapta. Dacă au întors capul în aceeași parte, trebuie să se sărute. Dacă nu, atunci ridică mâna și pornesc (mâna stângă a unuia, dreapta a celui de-al doilea și mâna dreaptă a unuia și stânga a celuiilalt. Atunci, cel care a fost ales rămâne în cerc, se plimbă până când coordonatorul nu spune stop, etc.

SCOPUL activităților este:

- Copiii să devină conștienți că au niște drepturi;
- să descopere modurile pentru realizarea drepturilor.

32. Atelierul de lucru: ȘCOALĂ CUM DORESC

1. Joc: atinge culoarea. Când coordonatorul spune numele unei culori, fiecare copil trebuie să atingă ceva care are acea culoare la alt copil.
2. Exercițiu de relaxare și fantezie: înainte de începerea exercițiului, explicați pe scurt:
 - Să țină ochii închiși
 - Că va face un exercițiu de relaxare și imaginareToți găsesc o poziție comodă și închid ochii. Coordonatorul vorbește. ÎNDRUMĂRILE trebuie spuse încet, cu multe pauze, pentru ca să aibe posibilitatea să înțeleagă ceea ce li se vorbește.
3. respirați regulat relaxați-vă mâinile și picioarele, simțiți cum vă este capul relaxat și ceafa, încercați puțin cum vă este cel mai comod. Închideți ochii. Eu vă voi duce în călătoria pe care v-ați imaginat-o. Respirați adânc de câteva ori. Bine. Ochii vă sunt închiși și până eu vă vorbesc, vă imaginați că mergeți la locul vostru...PAUZĂ și APOI PURTAREA FANTEZIEI
4. Imaginați-vă că puteți face o școală cum doriți. Imaginați-vă cum va arăta ea. Cum ar arăta clădirea școlii. Pauză. Clasa voastră, ce lucruri ar fi în clasă. Imaginați-vă cine vă învață, cum arată ora cât durează ora, ce faceți i învățați în școala din vis. Cum arată recreația, curtea școlii, ce este acolo ce puteți face în școala din visurile voastre.
5. Acum desenați școala voastră din vis. Desenați cu lini, figuri și culori unde ați fost, cum v-ați simțit, ce ați văzut și ați trăit. Transmiteți ce ați trăit pe hârtie. Nu este important cum desenați, important este să aibă-o însemnătate pentru voi.
6. Modificări în circuit: ce este școala lor din vis.
7. Ce ar putea în școala noastră să se schimbe ca să ne fie la toți mai frumos și plăcut. Modificări în circuit.

SCOPUL activităților:

- Să se evidențieze imaginația;
- să se evidențieze poziția proactivă.

33 Atelierul de lucru: SĂ SPUNEM LIBER

1. Joc pentru încălzire: transmite și schimbă mișcarea. Coordonatorul face o mișcare neobișnuită și-o transmite copilului de lângă el, copilul o repetă și adaugă ceva personal, copilul de lângă el repetă și adaugă ceva și așa pe rând.
2. Coordonatorul informează copiii că au dreptul să-și exprime liber părerile lor și adulții să-i asculte când aduc hotărâri referitoare la ei.(convenția drepturilor copilului, capitolul 12).
3. Modificări în circuit: Când v-a fost frică acasă să spuneți ce credeți și de ce?
4. Interviu. Copiii se împart în 4 grupe (a câte 5 membrii). Unul dintre ei este ziarist care face interviuri cu ceilalți, când copiii, la școală, nu pot liber să spună ce cred și de ce?
5. Raportul ziaristului: când și de ce copiilor le-a fost frică la școală să spună ce cred?
6. Modificări în circuit: ce se poate face pentru ca copiii să spună liber ceea ce cred?
7. Joc de sfârșit: ajută buburuza. Coordonatorul ține buburuza imaginară între palme și o transmite copilului de lângă el, el primește repede buburuza între palmele sale și o transmite mai departe în circuit. Fiecare transmite în felul său.

SCOPUL activităților:

- Copiii să devină conștienți de dreptul lor de a spune liber părerea lor;
- să depășească frica în exprimarea părerilor

34. Atelierul de lucru: DREPTUL LA JOACĂ

1. Jocul pantomimei: Cutia fermecată. Coordonatorul pune în mijlocul cercului o cutie „fermecată”. Fiecare copil trebuie să meargă până la cutie și să scoată ceva din ea, încercând prin pantomimă să arate ce a extras sau o mișcare care să reflecte acel obiect. Ceilalți membrii ai grupului ghicesc ce este.
2. Jucăria preferată: care este jucăria voastră preferată, lucrul de care nu vă despărțiți? De ce? Modificări în circuit.
3. Instructorul infomează copiii că au dreptul la joacă în timpul liber (convenția despre drepturile copilului, art 1) și de ce este important ca acest drept să fie protejat prin convenție?
4. Ce vă place să vă jucați? Modificări în circuit.
5. Ați inventat singuri vreun joc? Ce est asta? modificări în circuit.
6. Determinați copilul să râdă în cerc. Toți stau în cerc. Unul câte unul, copiii intră în cerc și încearcă să fie serioși, iar ceilalți încearcă să-l facă să râdă.

SCOPUL activităților:

- Copiii să devină conștienți că au dreptul la joacă.

35 Atelierul de lucru: EVALUAREA: SCHIMBĂRI ÎN MINE

Coordonatorul, pe scurt, povestește că această activitate este dedicată estismării întregului program care a trecut până atunci. Copiii răspund la următoarele întrebări, privind panoul cu semnele tuturor temelor care au trecut, iar coordonatorul scrie:

1. Ce v-a plăcut în această oră? Care lucruri le-ați separa? De ce
2. A fost ceva în cursul acestor ore ce nu v-a plăcut? Ce anume? De ce?
3. Alege tema preferată?

Eu înainte — eu după.

Schimbări în mine: fiecare copil desenează pe sine înainte și după programul celor 36 de ore. S-a schimbat ceva în ei? Cum se poate aceasta prezenta: prin desen, culori, forme, linii, simboluri? Cum a fost înainte și cum arată acum? Când desenează, copiii dau denumiri desenelor. (Determinați copiii să folosească imaginația... coordonatorul este să exprime sincer ceea ce este pentru ei important, indiferent dacă s-a schimbat ceva sau nu).

36 Atelierul de lucru: PREZENTAREA REZULTATELOR MUNCII

PĂRINȚILOR

1. Coordonatorul împreună cu copiii face o expoziție cu produsele copiilor.
2. La ședința cu părinții, scoate la iveală observațiile lui despre efectele EC și rezultatele evaluării.
3. Copiii învață părinții un joc din EC care le-a plăcut cel mai mult.
4. Schimbul de mesaje pozitive: Părinții scriu: ce-mi place la copilul meu. Copiii scriu : Ce-mi place la mama/tata.. Dau unii la alții mesajele pe care le-au scris.

CUPRINS

SCOPUL OBIECTULUI.....	3
SURSA TEORETICĂ	3
PRINCIPIILE ACCESULUI.....	4
INSTRUCȚIUNII METODICE	4
EVALUAREA.....	6
SPAȚIUL, MATERIALUL DE LUCRU, LITERATURA RECOMANDATĂ.....	7
Atelier de lucru. PRIMA ÎNTÂLNIRE A PĂRINȚILOR, ELEVILOR ȘI COORDONATORULUI.....	9
2. Atelierul de lucru: CUNOAȘTEREA ELEVILOR CU CONȚINUTUL OBIECTULUI ȘI METODA DE LUCRU	10
3. Atelierul de lucru: Cunoștințe despre sine (1).....	11
4. Atelierul de lucru: CUNOȘTIINȚE DESPRE SINE (2).....	12
5. Atelierul de lucru: RETROSPECTIVĂ (CONTINUITATE PERSONALĂ).....	13
6. Atelierul de lucru: LOCUL MEU DE RELAXARE.....	14
7. Atelierul de lucru: GRIJILE MELE (CE MĂ ÎNGRIJOREAZĂ).....	166
8. Atelierul de lucru: EXPRIMAREA SENTIMENTELOR.....	177
9. Atelierul de lucru: COMUNICAREA SENTIMENTELOR.....	188
10. Atelierul de lucru COMUNICAREA ȘI NEÎNȚELEGERILE (1)	199
11. Atelierul de lucru: Comunicarea și neînțelegerile (2)	20
12. Atelierul de lucru: NEÎNȚELEGERI CU PĂRINȚII.....	21
13. Atelierul de lucru: PORECLE JIGNITOARE.....	22
14. Atelierul de lucru: BÂRFA	23
15. Atelierul de lucru: COLABORAREA.....	24
16. Atelierul de lucru: COLABORAREA (2)	2525
17. Atelierul de lucru: VISUL (1)	2626
18. Atelierul de lucru: VISUL (2)	2727
19. Atelierul de lucru: FURIA MEA (1)	28
20. Atelierul de lucru: FURIA MEA (2)	29
21. Atelierul de lucru: CONFLICTE.....	30
22. Atelierul de lucru: FRICA (1)	31
23. Atelierul de lucru: FRICĂ (2)	3232
24. Atelierul de lucru: TRISTEȚEA	3333
25. Atelierul de lucru: DORINȚELE MELE	3434
26. Atelierul de lucru: EU CÂND VOI CREȘTE	3535
27. Atelierul de lucru: EU ȘI CUM MĂ VĂD ALȚII	3636
28. Atelierul de lucru: PRIETENIA	3737
29. Atelierul de lucru: PRIETENUL SECRET	3838
30. Atelierul de lucru: IUBIREA.....	39
31. Atelierul de lucru: DREPTURILE COPIILOR.....	40
32. Atelierul de lucru: ȘCOALĂ CUM DORESC.....	41
33. Atelierul de lucru: SĂ SPUNEM LIBER.....	4242
34. Atelierul de lucru: DREPTUL LA JOACĂ.....	43
35. Atelierul de lucru. EVALUAREA: SCHIMBĂRI ÎN MINE.....	4444
36. Atelierul de lucru: PREZENTAREA REZULTATELOR MUNCII PĂRINȚILOR.....	44