



CURSURI FUNDAȚIA DAN VOICULESCU 2014 – 2015

Atelierele de dezvoltare personală pentru preadolescenți și adolescenți

Atelierele de dezvoltare personală pentru preadolescenți și adolescenți sunt două programe destinate copiilor cu vârste cuprinse între 12 - 15 ani, respectiv 16 - 18 ani, concepute ca instrumente de susținere a unei dezvoltări armonioase a copiilor, de cunoaștere de sine dar și de contact cu exteriorul, în două perioade sensibile din viața lor: preadolescența și adolescența.

Acestea sunt perioade în care copiii devin dezorientați, caută să-și definească identitatea de gen, perioade în care își explorează abilitățile și încep să-și definească traseul profesional. În funcție de climatul din familie, de mediul social în care cresc, de grupul de prieteni, ei se raportează la valorile și modelele din jur și își construiesc propria personalitate. Uneori, se întâmplă ca în aceste perioade să se închidă în ei, să caute răspunsuri la întrebările care îi frământă în locuri sau anturaje neadecvate.

Prin aceste programe, încercăm să le fim alături și să le răspundem la întrebări, să îi ghidăm pe calea descoperii de sine, să îi învățăm modalități noi de exprimare și relaționare cu ceilalți și mai ales să îi sprijinim în demersul lor de a se structura ca personalitate distinctă.

Prin intermediul acestor programe, participanții vor învăța:

- Să se cunoască pe sine și să se accepte așa cum sunt, cu calități și defecte;
- Să își dezvolte încrederea în sine și să își cunoască propriile limite;
- Să își exprime propriile emoții, să depășească blocajele din comunicare, să rezolve conflicte prin strategii care apelează la resursele proprii ;
- Să comunice într-o manieră clară și asertivă cu ceilalți, putând să se facă înțeleși și la rândul lor să-i înțeleagă pe ceilalți;
- Să își dezvolte capacitățile cognitive (gândirea, limbajul, memoria și atenția)
- Să coopereze și să lucreze în echipă pentru atingerea unui scop;
- Să intre în contact cu furia, agresivitatea, frustrările lor, și să le descarce într-un mediu securizant și printr-un mod care să nu provoace disfuncționalități;
- Să își stabilească obiective realiste și pe care le pot îndeplini;
- Să-și definească identitatea de gen;
- Să-și cunoască abilitățile și resursele de care dispun și în funcție de asta să decidă asupra traseului educațional și profesional pe care îl vor urma.

De asemenea, ne-am gândit să venim și în sprijinul părinților și să organizăm și pentru ei ședințe de consiliere parentală, de grup sau individuale, oferindu-le astfel posibilitatea să-și înțeleagă mai bine copiii și să găsească soluții de depășire a dificultăților ce pot apărea în relația cu aceștia.