



Cursuri de dezvoltare personală pentru preadolescenți și adolescenți 12 – 18 ani

Cursurile 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 cunoștere 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.

Beneficii:

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.

membri European Council for High Ability
și World Council for Gifted and Talented Children



**SUȘINEM EXCELENȚA
ANTRENĂM INTELIGENȚA**

fundatiadanvoiculescu.ro

Str. Episcopul Timuș nr. 37 (fostă Cronicarilor nr.2), sector 1, București - tel/fax: +40 (31) 425 58 84
office@fundatiadanvoiculescu.ro - www.fundatiadanvoiculescu.ro

Cadrul va fi cel a unui grup de dezvoltare personală și va presupune, în condiții de confidențialitate, explorarea respectuoasă a experiențelor personale, fără ca cineva să fie obligat să dezvăluie ceea ce nu dorește.

Criterii de selecție:

- vârsta minimă de participare 12 ani;

*În vederea participării la curs, copiii și tinerii vor susține un interviu cu profesorul coordonator.

Profesor Coordonator – Florentina Negrescu - psiholog

