



Trailer pentru o carieră de succes

(program de dezvoltare personală și consiliere vocațională pentru adolescenți)

Programul se adresează adolescenților cu vârsta cuprinsă între 14 și 18 ani care doresc să-și exploreze propriul potențial de dezvoltare și să ia o decizie informată și responsabilă cu privire la propriul traseu educațional și profesional.

Adolescenții participanți la acest program vor beneficia de patru ședințe de consiliere vocațională (individuală și de grup), pe parcursul cărora vor avea loc:

- Autoevaluarea computerizată a intereselor, valorilor și aptitudinilor individuale prin intermediul unei platforme profesionale de consiliere și orientare în carieră, în baza căreia va fi întocmit profilul vocațional
- Explorarea domeniilor ocupaționale compatibile cu profilul vocațional
- Planificarea traseului educațional și profesional
- Elaborarea strategiei de promovare personală

Participanții la acest program vor:

- Conștientiza potențialul de dezvoltare
- Identifica propriul profil vocațional, precum și a domeniilor ocupaționale compatibile
- Îmbunătăți stilul de comunicare și relaționare
- Avea oportunitatea luării unei decizii informate cu privire la propriul traseu educațional și profesional
- Elabora strategii individuale de promovare personală



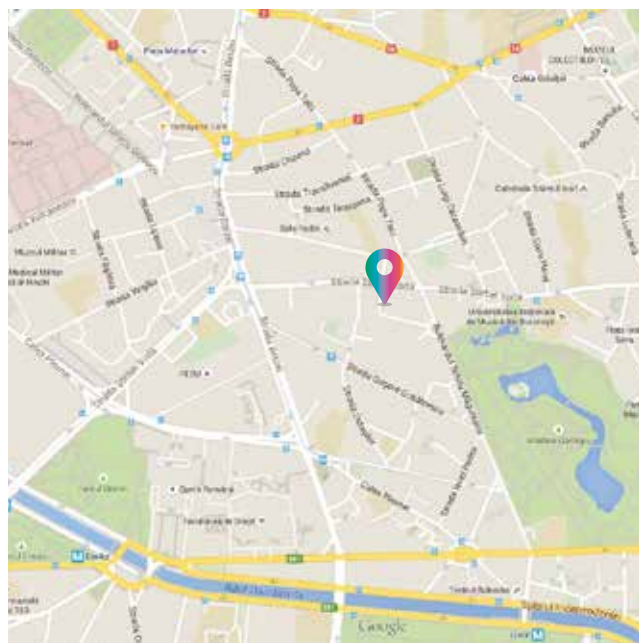
Centrul de consiliere și terapie

CONTACT

Telefon: 0748 122 030

E-mail: sense4@c4c.ro

Adresă: Strada Constantin D. Stahi, nr. 14, apt. 1,
Sector 1, București



www.c4c.ro/sense4/



"Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Sectorial Dezvoltarea Resurselor Umane 2007 - 2013"
"Investește în Oameni"
POSDRU/168/6.1/S/145501 "S.E.S. - Să Evoluăm Sustenabil"



Centrul de consiliere și terapie

PROGRAME DE DEZVOLTARE PERSONALĂ PENTRU COPII ȘI ADOLESCENȚI





În cadrul grupurilor de dezvoltare personală pentru copii și adolescenți ne propunem să încurajăm dezvoltarea armonioasă pe plan afectiv, cognitiv și relațional, prin asigurarea unui cadru securizant, în care fiecare va avea posibilitatea de a se exprima liber și de a se manifesta autentic în relație cu cei din jur.

Metodele de lucru sunt selectate în funcție de caracteristicile de vârstă și de preocupările fiecărui grup constituit. Copiii învață cel mai bine prin joc, iar adolescenții prin experiență, astfel încât în cadrul modulelor de dezvoltare personală vor experimenta o abordare ludică și creativă, în care curiozitatea și energia lor vor sta la baza cunoașterii și afirmării de sine și dezvoltării armonioase.

Alături de specialist, aceștia vor porni în călătoria explorării de sine, descoperind pas cu pas ce abilități și talente ascunse au, care sunt dorințele, visurile și nevoile lor.



Participanții la grupurile de dezvoltare personală

- Își vor activa resursele creative în direcția identificării de soluții la problemele care îi preocupă
- Vor identifica propriile abilități și aptitudini
- Vor fi în contact cu propriile emoții
- Își vor dezvolta empatia și vor construi relații armonioase cu prietenii, colegii și părinții
- Își vor construi o imagine de sine pozitivă
- Își vor dezvolta gândirea critică și argumentativă
- Își vor dezvolta abilitatea de comunicare asertivă
- Vor descoperi care este stilul lor de învățare preferat

Programe de dezvoltare personală pentru copii și adolescenți

Micul Prinț - Ucenic în Țara Emoțiilor

program de dezvoltare personală pentru copii 5-7 ani, 8-10 ani;

Trailer pentru o carieră de succes

program de dezvoltare personală și consiliere vocațională pentru adolescenți.

Micul Prinț - Ucenic în Țara Emoțiilor (program de dezvoltare personală pentru copii 5-7 ani, 8-10 ani)

Auzim tot mai frecvent că succesul în viață este determinat mai mult de inteligența emoțională decât de cea cognitivă. Inteligența emoțională se referă la a fi în contact cu noi înșine, cu propriile trăiri emoționale și a a ne conecta în mod autentic la cei din jur.

Prin acest program de dezvoltare personală ne propunem să îi ghidăm pe copii prin fascinanta lume a



emoțiilor, într-un cadru securizant, în care să le oferim posibilitatea de a conștientiza propriile emoții, de a recunoaște trăirile emoționale ale celor din jur și de a-și activa resursele creative în direcția dezvoltării de răspunsuri emoționale adecvate unor situații de viață diverse.

Tehnicile de lucru cu grupurile de copii se vor împleti cu tehnicile specifice de desen, pictură, creare de povești, teatru de păpuși, pantomimă.

Durata modul: 4 sedințe (1 sedință/săptămână)

Copiii participanți vor putea să:

- conștientizeze propriile trăiri emoționale și să dezvolte răspunsuri emoționale adecvate
- manifeste încredere în sine
- își depășească timiditatea
- fie empatici și sensibili la emoțiile celorlalți
- cultive relații armonioase cu cei din jur

