



GHID

Cum să creștem reziliența



Akademia
Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi



CUPRINS

INTRODUCERE	3
Parteneri în proiect	3
Despre abordarea rezilienței	3
Metodologia ghidului	5
MODULE	7



INTRODUCERE

Realizarea acestui ghid a fost coordonată de către Universitatea de științe umaniste și economice din Łódź. Conținuturile prezentate în acest document reprezintă contribuția partenerilor din proiectul *Resilience*.

Obiectivul principal al proiectului vizează reducerea numărului tinerilor între 13 și 18 ani care părăsesc sistemul educațional din Polonia, Lituania și România.

Problemele principale au fost definite de către partenerii din proiect astfel: existența unui număr insuficient de acțiuni de prevenire privind comportamentele de risc ale tinerilor, în același timp partenerii consideră că nu sunt suficiente acțiuni pentru scăderea ratei de abandon în școli și în întreg sistemul educațional.

Obiectivele specifice ale proiectului sunt următoarele:

- să creeze medii de sprijin active pentru activități de prevenire și resocializare,
- crearea unui program universal și inovator de prevenire,
- crearea unui loc virtual unde să se desfășoare schimburi de experiență și de prezentare a bunelor practici în domeniul prevenirii (Laboratorul virtual de prevenție / LVP)
- crearea de pachete educaționale și de informare în domeniul prevenirii pentru cadrele didactice,
- dezvoltarea competențelor interculturale și lingvistice precum și a abilităților manageriale pentru toți participanții la proiect, prin lucrul în echipă internațională în cadrul proiectului.

Parteneri în proiect

Parteneriatul proiectului *Resilience* include următoarele instituții:

- Universitatea de științe umaniste și economice din Łódź (Polonia)
- Centrul metodologic și educațional regional "METIS" din Katowice (Polonia)
- Centrul județean de resurse și asistență educațională Brașov (România)
- Serviciul psiho-pedagogic al orașului Vilnius (Lituania)

Despre abordarea rezilienței

În pofida adversităților - cum să consolidăm reziliența copiilor și a tinerilor?

Ce sunt comportamentele de risc? Termenul definește diverse comportamente incorecte ale studenților care sunt periculoase atât pentru sănătatea fizică cât și pentru sănătatea mintală, precum și pentru mediul său social. (K. Ostaszewski, 2003).

Diferiți factori fac ca un copil/elev/tânăr să se comporte în conformitate cu normele și așteptările sociale sau să-și asume un comportament riscant. Printre numeroasele încercări de a explica cauzele și consecințele comportamentului riscant, există **teoria factorilor de risc și a factorilor de protecție**. (Garmezy, Hawkins, Baxley).



Termenul amenințare / risc apare adesea în literatura de specialitate, dedicată educației și psihologiei. Profesorii folosesc frecvent acest termen pentru a descrie copiii și tinerii care sunt expuși riscului de abandon școlar sau pentru descrierea tinerilor care nu au învățat cum să facă față unor situații dificile. Se presupune că pentru copiii care s-au născut în familiile în care există o relație caldă, iubitoare și protectoare între membrii familiei și prieteni, riscul unor probleme viitoare este mult mai mic. Indiferent de condițiile în care un tânăr este crescut, va trebui să se confrunte cu situații dificile în viață, după cum nivelul dezvoltării imunității individuale este condiționat de multe experiențe curente prin care trece acesta.

În prezent, în contextul schimbărilor socio-economice, atunci când tot mai mulți părinți își pierd locul de muncă sau se află într-o situație financiară dificilă, această situație se va reflecta profund asupra creșterii corecte a tinerilor. Multitudinea factorilor va determina dacă acest fapt va avea efecte negative de lungă durată, printre care vârsta copilului, nivelul de maturitate, trăsăturile personale sau resursele disponibile pentru creștere și educație.

Potrivit teoriei *rezilienței* flexibilitatea, regenerarea forțelor copiilor expuși riscului nu pot fi întotdeauna considerate a fi pierdute. Acest concept spune că sunt copii care au puteri misterioase care le permit să supraviețuiască în condiții extrem de dificile și să se dezvolte în mod corespunzător.

Această adaptare depinde de mulți factori care susțin și protejează dezvoltarea, cunoscuți sub numele de *factori de bunăstare*. Copiii care se luptă cu adversitățile vieții nu pot obține singuri imunitatea.

Ei au nevoie de dragoste, îngrijire și sprijinul adulților - părinților, profesorilor sau al altor persoane din mediul înconjurător. Cercetările arată că **profesorii**, în toate etapele educației, **joacă un rol-cheie în construirea rezilienței**. Cerințele adecvate, oferirea unui feedback pozitiv, încrederea, toate construiesc motivația elevului și îi dau acestuia un sentiment de securitate.

Factorii clasici care protejează și construiesc imunitatea includ:

- **Mediul familial** - acesta este cel mai important dintre toți factorii care afectează dezvoltarea psihosocială sănătoasă a copilului - implicarea în viața copilului.
- **Mediul social, neobișnuit** - copilul primește sprijin din mediul social - școală, mediul local sau de la persoane apropiate, de ex. colegi. Îngrijirea primită de la alte persoane din afara familiei crește imunitatea și vulnerabilitatea copilului în cazul unor situații amenințătoare. Se evidențiază în mod special rolul important al profesorului, care pentru un adolescent poate deveni a doua persoană cea mai importantă din jurul său.

Acesta este considerat a fi mai obiectiv decât părinții, deci opiniile sale au un impact mare asupra personalității în formare a elevului (stima de sine, emoțiile, imaginea lumii); Relația profesorului cu elevul poate determina poziția sociometrică a elevului, influențează procesele și rolurile grupului în sala de clasă. Ajutorul profesorilor poate compensa lipsa de sprijin din partea părinților și a colegilor.



- **Mediul colegilor** - contactele cu colegii care acceptă normele sociale, cu aspirațiile educaționale și prosociale, reprezintă o altă sursă de sprijin pentru un copil/elev în situație de risc.
- **Trăsăturile de personalitate** - copii și adolescenți cu competențe de reziliență - *super-copii* care se confruntă cu provocări într-un mod acceptabil din punct de vedere social. Abordarea lor pozitivă față de problemele vieții și căutarea de soluții constructive permit rezolvarea în mod optim a experiențelor riscante emoțional.

Analizând factorii de bunăstare, putem spune că aceștia nu sunt cu adevărat neobișnuiți, deoarece reprezintă condiții care însoțesc dezvoltarea adecvată a unei persoane tinere și o sprijină în procesul de adaptare la mediul în care trăiește și crește. Trebuie să ne amintim că existența lor într-o anumită dimensiune aparține tuturor copiilor. Care poate fi concluzia?

Constatări științifice despre factorii care protejează și sprijină dezvoltarea indică faptul că aceștia ar trebui condiționați nu numai în sfera protecției împotriva amenințărilor, ci și în câmpul dezvoltării pozitive a copiilor și tinerilor. Această abordare permite tratarea integrală a educației, prevenției și promovării sănătății în școală / instituție. Vorbim de activități care au funcționat separat în abordarea tradițională.

Ghidul privind sporirea rezistenței reprezintă o colecție de metode și moduri de lucru care vă pot ajuta și inspira să luați măsuri pentru a întări imunitatea copiilor și adolescenților.

Magdalena Wieczorek,

Centrul metodologic și educațional regional "METIS" din Katowice

Bibliografie:

Szymańska J. Programy profilaktyczne. Podstawy profesjonalnej psychoprofilaktyki, CMPPP, Warszawa 2002.

W. Junik. Na przekór przeciwnościom losu – jak wzmacniać rezilincję dzieci z problemem alkoholowym, w: *Chowanna* 1, 163-174, 2010.

W. Junik. Resilience. Teoria – badania – praktyka. Parpamedia, Wydawnictwo Edukacyjne, Warszawa 2011.

Metodologia ghidului

Ghidul este dedicat pedagogilor, educatorilor, cadrelor didactice și altor specialiști care oferă sprijin profesional în domeniul activităților de prevenție în școli. Ghidul cuprinde 13 module care oferă informații despre comportamentele cu risc ale tinerilor. De asemenea, oferă îndrumări cu privire la modul în care "factorii de protecție" (de exemplu: abilități, atitudini adecvate, valori etc.) ar putea fi dezvoltați în timpul acțiunilor de prevenție.

Fiecare modul are următoarea structură:

- Titlu
- Scop general (scopuri)



- Rezultate
- Metode
- Durată
- Resurse necesare
- Ordinea activităților (scenariul)
- Menținerea elevilor în siguranță
- Evaluarea modulului
- Bibliografie

Ghidul *Resilience* este format din următoarele module:

MODULUL 1: Joc de rol „Râul învolburat”

MODULUL 2: „Sponsorizare” – Relații periculoase

MODULUL 3: „Cealaltă față a lumii virtuale”-„manipularea psihologică” și „sextingul” – comportamente de risc în rândul tinerilor

MODULUL 4: Emoții riscante și relații periculoase. Pornografie, prostituție și utilizarea în situații concrete de viață

MODULUL 5: Mituri și adevăruri despre suicid

MODULUL 6: Factorii de risc ai suicidului

MODULUL 7: Cum să depășim dificultățile

MODULUL 8: Dependentele lumii moderne: droguri și droguri recreative

MODULUL 9: Descoperă abilitățile, nu dizabilitățile!

MODULUL 10: „Să fim mai toleranți!”

MODULUL 11: Te provoc să fii diferit

MODULUL 12: “Exact așa cum ești – discriminare versus toleranță”

MODULUL 13: “Drumul către tărâmul egalității”

MODULUL 14: Diferiți, dar împreună!

MODULUL 15: Atelier psihoeducational: „Care este potențialul copilului meu?”



MODULE

MODULUL 1	Joc de rol „Râul învolburat”
SCOP GENERAL (SCOPURI):	Să reamintească adulților presiunea cu care se confruntă tinerii.
REZULTATE	Să mărească nivelul conștientizării importanței construirii de relații în mediul școlar
METODE	Joc de rol , dramatizarea
DURATĂ	În jur de două ore
RESURSE NECESARE	Eșarfă opacă Bandă adezivă de hârtie Câteva foi de ziar Cărți cu roluri Știri imprimate Carioci
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	1. Se pregătesc cardurile index cu personaje și roluri sugerate (după modelul de mai jos) în funcție de mărimea grupului, se utilizează un număr optim de carduri. Este obligatoriu ca un participant să primească cardul „Persoana tânără” 2. Se explică faptul că de prea multe ori adulții uită cum a fost să fii adolescent, cu presiunile și influențele cu care aceștia se confruntă în fiecare zi. Acest exercițiu este un mod eficient de a înțelege câteva din presiunile cu care se confruntă tinerii. Se realizează marginile unui râu utilizând două bucăți lungi de bandă adezivă de hârtie. Din hârtie de ziar mototolită se fac obstacole care se împrăștie pe suprafața râului. Utilizează-ți creativitatea în denumirea acestora; pot fi bolovani, aligatori, lavă topită etc. Se solicită voluntari pentru jocul de rol. Se selectează până la zece voluntari și se distribuie cardurile cu rolul și personajul fiecărui participant. Se alocă două minute pentru ca voluntarii să se gândească la sarcina. Se explică faptul că sunt numeroase influențele conflictuale în viața tinerilor de azi, mai mult ca niciodată. Aceste influențe pot afecta deciziile pe care le iau tinerii, inclusiv deciziile referitoare la sex și sexualitate. Se solicită voluntarilor să se așeze pe o latură a râului. „Persoana tânără” este chemată în față și este legată la ochi. Celelalte personaje îl vor ghida pe acesta de-a lungul râului astfel încât să ocolească obstacolele. Se alocă 10 minute exercițiului. La încheierea activității se discută.
MENTINEREA	Se recomandă ca accesul la activitate să fie facilitat pentru toți participanții.



ELEVLOR ÎN SIGURANȚĂ	Se recomandă utilizarea unui spațiu/săli suficient de mare pentru a permite participanților liberă mișcare în timpul jocului de rol
EVALUAREA MODULULUI	Cum ți s-a părut acest exercițiu? A fost realist? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce? Cum te-ai simțit ca „Persoana tânără”? Când ai fost adolescent, te-ai confruntat cu astfel de presiuni și influențe? Cum influențează aceste presiuni și influențe abilitățile de decizie ale adolescenților?
BIBLIOGRAFIE	Social integration. Training kit No. 8. Publisher of the Council of Europe, November 2000, pp. 73-74.

Anexa: cardurile cu roluri pentru jocul de rol Râul Învolverat

O persoană tânără

Ascultă de indicațiile personajelor pentru a străbate râul

Părintele/tutorele

Încearcă să dai tot ce poți mai bine. Spune tânărului ce să facă, având interesul lui în gând. Utilizează fraze precum: când eram de vârsta ta...”

Bunicul/bunica

Tu știi cel mai bine!

Spune tânărului ce să facă, având interesul lui în gând.
Utilizează fraze precum: când eram de vârsta ta...”

Ghidul spiritual

Tu ești ghidul spiritual al tânărului. Apelează la valori. Construiește un rol, fii creativ.

Coleg/ prieten

Tu ești un prieten bun. Ți place cu adevărat de tânăr. Construiește un rol. Fii creativ.

**Asistentul social**

Dă sfaturi tânărului privind probleme precum consumul de substanțe, sex, familie, școală etc. Îți poți construi rolul după cum dorești.

Polițist

Oferă sfaturi tânărului privind consecințele legale. Îți poți construi rolul după cum dorești.

Medicul

Oferă sfaturi tânărului privind sănătatea și starea de bine în general. De exemplu: vorbește despre fumat, sex, nutriție, greutate corporală. Îți poți construi rolul după cum dorești!

Profesorul

Subliniază importanța educației. Oferă îndrumare acolo unde consideri necesar. Îți poți construi rolul după cum dorești!

Antrenor

Dezvoltă pasiunile și interesele tânărului. Îți poți construi rolul după cum dorești!



MODULUL 2	„Sponsorizare” – relații periculoase
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul general al activității este acumularea de informații necesare în legătură cu una din formele periculoase de contact sexual, respectiv sponsorizarea.
REZULTATE	La sfârșitul activității elevii vor fi capabili să: 1. recunoască riscurile asociate relațiilor sociale periculoase. 2. identifice factorii protectori pentru tineri 3. enumere riscurile relațiilor sexuale în schimbul banilor sau a unor beneficii.
METODE	• Conversația euristică • Metoda lucrului individual • Brainsormingul • Chestionarul • Lucrul în echipă
DURATĂ:	65 min
RESURSE NECESARE	instrumente de scris, tabla magnetică, flipchart, player multimedia
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1 (5min) Introducerea în activitate și obținerea acordului participanților 1. O scurtă introducere în problematica „sponsorizării”. Profesorul informează elevii că activitățile vor viza unul din comportamentele sexuale riscante apărute în rândul tinerilor - comun denumit „sponsorizare” 2. Profesorul propune încheierea unui acord care să cuprindă regulile de comportare în cadrul activităților următoare: • Îi vom respecta pe ceilalți participanți și opiniile lor • Nu vom judeca ceilalți participanți • Vom lucra cu calm fără a manifesta comportamente agresive • Vom fi implicați în activitate • Când o altă persoană vorbește, ascultăm cu atenție • Toate informațiile auzite pe parcursul activității vor fi tratate cu discreție și respect.
	Activitatea 2 (10 min) Activitate cu tot grupul: creați o definiție a „sponsorizării” 1. Profesorul împarte participanții în grupuri mici (4-5 persoane) 2. Fiecare grup realizează o definiție a sponsorizării 3. Fiecare definiție trebuie să conțină informații precum: • Cine participă în sponsorizare (agresorul și victima potențială) • Care este vârsta actorilor implicați



	• Care este motivația persoanelor implicate în sistemul de sponsorizare • Unde se realizează întâlnirile dintre potențialele victime și agresori 4. După crearea definiției, fiecare grup își prezintă rezultatele în plen 5. Profesorul discută definițiile create. Se extrag ideile principale.
	Activitatea 3 (10 min) Conversația euristică: Ce știți despre „sponsorizare”? 1. Profesorul distribuie informații despre problema sponsorizării în rândul tinerilor, sub forma unei prezentări multimedia. 2. Prezentarea ar trebui să conțină un set de mesaje scurte precum: • Definiția „sponsorizării” • Aploarea fenomenului la nivel global și la nivelul țării • Cine este victima și cine agresorul – tipologie • Care este beneficiul comun al „sponsorizării” • Care este legea în România/ în lume în legătură cu abuzul sexual și violența sexuală împotriva minorilor. 3. Profesorul face rezumatul prezentării și face referire succint la definițiile realizate de grupuri.
	Activitatea 4 (10 min) Profesorul prezintă filmul selecționat sau un exemplu al unei persoane care a experimentat „sponsorizarea” (Anexa 1, sau filmul realizat de Kasia Rosłaniec / Warszawska Szkoła Filmowa: https://www.youtube.com/watch?v=gkGoOlbE9gk, sau Fundacja Dieci Niczyje: http://fdn.pl/dla-nauczycieli-i-pedagogow)
	Activitatea 5: (15 min) Brainstorming 1. Profesorul poate alege o activitate • Prezentarea și discutarea filmului • Citirea și discutarea cazului Dominica – Anexa nr.1 (sau alte cazuri referitoare la „sponsorizare”) 2. Profesorul împarte elevii în două grupuri: • Un grup este solicitat să scrie (pe cartonașe) pierderi pe care le suportă cei care intră în activități de „sponsorizare” • Un grup este solicitat să scrie avantaje de care beneficiază cei care intră în activități de „sponsorizare” 3. Profesorul sumarizează afirmațiile celor două grupuri • Ce poți pierde/distrage prin sistemul de „sponsorizare”? • Ce se poate întâmpla? • Care sunt riscurile asociate „sponsorizării” (viol, bătaie,



	dependentă etc)?
	Activitatea 6: (5 min) Discuție euristică „Ce pot eu face, fără să judec sau să rănesc?” 1. Profesorul încurajează participanții să reflecteze asupra: • Ce pot ei face dacă descoperă că o persoană pe care o cunosc este implicată în „sponsorizare” și întreține relații sexuale în schimbul banilor sau a cadourilor. • Ce pot face pentru persoane care se simt insignifiante, abandonate, discriminate și excluse • Ce pot face să ajut prietenii care se gândesc să inițieze „o întâlnire cu beneficii” sau care au încetat astfel de întâlniri dar suferă acum consecințele
	Activitatea (5 min) Sumarizarea – scurtă lectură: Unde pot găsi ajutor? Profesorul extrage ideile cheie ale întâlnirii. • Indică locurile, instituțiile etc. care pot oferi ajutor în situația „sponsorizării”, distribuie pliante cu adresele acestora și numerele de telefon • Solicită completarea unui chestionar scurt referitor la cunoștințele acumulate pe parcursul activității
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesul liber al tuturor participanților la activitate • Se asigură o încăpere suficient de mare care să permită mișcarea liberă a participanților • Se asigură accesul la mijloace de învățământ necesare desfășurării activității
EVALUAREA MODULULUI	• Profesorul solicită participanților să completeze chestionarul din Anexa nr.4
BIBLIOGRAFIE	• AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION ONLINE. (2007). Just the facts about sexual orientation and youth: A primer for principals, educators and school personnel. WASHINGTON, DC: American Psychological Association. Retrieved April 25, 2007, from http://www.apa.org/pi/lgbt/publications/justthefacts.html • IALONGO, N., PODUSKA, J., WERTHAMER, L., & KELLAM, S. (2001). The distal impact of two first-grade preventive interventions on conduct problems and disorders in early adolescence. Journal of Emotional and Behavioral Disorders, 9(3), 146-160. • IZDEBSKI Z. (2012). Seksualność Polaków na początku XXI wieku. Studium badawcze. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego. Kaczorek M.,



	• MYSIOR R.(2015) SPONSORIN –nowy sposób na życie. Remedium . nr 7-8, s. 6-7. • STACHURA K. (2009). Przemiany seksualności. Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego • WHITBECK, L.B., YODER, K.A., HOYT, D.R., & CONGER, R.D. (1999). Early adolescent sexual activity: A developmental study. Journal of Marriage & the Family, 61(4), 934-946.
--	--

Materiale suplimentare pentru Modulul 2

MODULUL 2	„Sponsorizarea”- o relație periculoasă
	 Anexa 1 Eu am o problemă cu părinții mei de mult timp. Nu vor să-mi dea bani pentru haine noi, un telefon mai bun sau pentru a merge la cinema sau cu prietenii în oraș. Părinții mei încă lucrează, însă tot nu au bani. La școală toată lumea râde de mine, spun că hainele mele sunt vechi și demodate și că arăt ca o cerșetoare. Fratelui meu nu îi pasă, dar el este cel mai bun din clasă și la fizică și la sport. Din păcate, eu nu sunt bună la nimic. Sunt un nimeni. Recent, prietena mea Ana, mi-a arătat un telefon mobil de ultimă generație și un parfum grozav. Mi-a spus că a primit toate aceste lucruri de la un domn drăguț pe care l-a cunoscut o galerie de magazine. Mi-a spus ca trebuie să fie foarte drăguță cu el și trebuie să facă tot ce vrea el, acum poate avea tot ce își dorește. Acum o lună am mers cu ea la aceeași galerie de magazine. Am întâlnit bărbați care plătesc o grămadă să se întâlnească cu mine. Am haine noi, un telefon mibil, pantofi frumoși... și mă simt ca o „cârpă”. Câteodată ajung acasă bătută și nedormită. Îmi este frică. Fratele meu suspectează ceva, dar părinții mei nu văd nimic. Nu mai vreau să trăiesc... ce să fac?  Anexa 2 <u>Povestea din filmul "Galerianki" sau "Sponsoring":</u> http://fdn.pl/dla-nauczycieli-i-pedagogow https://www.youtube.com/watch?v=gkGoOlbE9gk <u>Selected helplines in Poland :</u>  Anexa 3 • <u>Telefon Zaufania dla Kobiety w Ciąży i Rodziny</u> - o 85 732-22-22 • <u>Ogólnopolskie pogotowie dla ofiar przemocy w rodzinie "Niebieska Linia" (przemoc, przemoc w rodzinie, przemoc w relacjach)</u>



- 800 120 002 – telefon zaufania (czynny przez całą dobę)
- niebieskalinia@niebieskalinia.info – poradnia mailowa
- Telefon Zaufania Komitetu Ochrony Praw Dziecka
 - 22 6269419
- Pogotowie rodzinne
 - 22 613 69 91
- Poradnia Młodzieżowa i Rodzinna Towarzystwa Rozwoju Rodziny
 - 22 828 61 92
- Ruch Pomocy Rodzinie
 - 22 621 03 67
- Skłócone małżeństwa, problemy młodzieżowe i osobiste
 - 22 728 64 35
- Narkomania — Pomoc Rodzinie, Infolinia Towarzystwa Rodzin i Przyjaciół Dzieci Uzależnionych „Powrót z U”
 - 800 120 359
- Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży
 - 116 111
- Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka
 - 800 12 12 12
- Ogólnopolski Telefon Zaufania Narkotyki - Narkomania
 - 801 199 990
 - <http://www.kbpn.pl>
- Infolinia Stowarzyszenia KARAN (problemy narkotykowe)
 - 800 120 289
- Anonimowa Policyjna Linia Specjalna
 - 800 120 148
- Infolinia Pogotowia Makowego Towarzystwa „Powrót z U”
 - 801 109 696
- POMARAŃCZOWA Linia - program informacyjno-konsultacyjny dla rodziców dzieci pijących alkohol i zażywających narkotyki
 - 801 140 068
 - [porady/konsultacje on-line – pomoc@pomaranczowalinia.pl](mailto:porady/konsultacje-on-line-pomoc@pomaranczowalinia.pl)
- AIDS- całodobowy ogólnopolski telefon Stowarzyszenia „Bądź z Nami”
 - 22 692 82 26
 - 801 888 448 (płatne za pierwszą minutę połączenia)
 - <http://www.swwaids.org>
 - <http://www.cd4.com.pl/organizacje/badz-z-nami>
- Ogólnopolski Całodobowy Telefon Zaufania AIDS
 - 22 692 82 26
 - 801 888 448 (płatne za pierwszą minutę połączenia)
 - <http://www.aids.gov.pl>
- Młodzieżowy [i nie tylko] Telefon Zaufania
 - 9288
- Towarzystwa Pomocy Młodzieży
 - 22 635 54 67
- Komitet Ochrony Praw Dziecka
 - 22 831 24 29
- Telefon "Stop Przemocy" dla Dzieci i Młodzieży oraz ich Rodziców
 - 42 682 28 37
- Telefon zaufania Poradni Profilaktyki i Terapii Uzależnień Monar
 - 22 823 65 31
- Narkomania: Pomoc rodzinie - telefon Ogólnopolskiego Pogotowia Makowego



- 22 844 44 70
- Telefon zaufania Polskiego Towarzystwa Zapobiegania Narkomanii
 - 32 206 82 17
 - <http://www.ptzn.katowice.pl>
- Dla kobiet - telefon wsparcia Federacji na rzecz Kobiet i Planowania Rodziny
 - 22 635 93 92
- Gdy Twoim problemem jest ciąża – telefon Fundacji Pro Familia
 - 22 628 95 24
- STOP - telefon Centrum Praw Kobiet dla kobiet dotkniętych przemocą i dyskryminacją
 - 22 621 35 37
- Dla rodzin osób zaginionych - telefon Fundacji ITAKA
 - 801 24 70 70 lub 654 70 70
- Linia Żadnych Pytań - dla zaginionych, którzy chcą dać znak życia
 - 22 654 70 70
- Dla osób w trudnej sytuacji życiowej - telefon Biura Porad Obywatelskich
 - 22 828 12 95
- Antydepresyjny Telefon Zaufania Centrum ITAKA
 - 22 654 40 41
- Krajowego Centrum Interwencyjno-Konsultacyjnego dla Ofiar Handlu Ludźmi
 - 22 628 01 20
- e-mail: info@kcik.pl
- Telefon zaufania dla prowadzących działalność gospodarczą
 - 572 154 289
- e-mail: telefonzaufania-dlafirm.pl

Anonymous questionnaire:

AnEXA 3



Chestionar: „Sponsorizarea”					
	Vârsta	Feminin	Masculin		
Nr.	Întrebare			Da	Nu
				Nu ştiu	
<u>1</u>	<u>Consideraţi că „sponsorizarea” este un fenomen obişnuit în rândul tinerilor?</u>				
<u>2</u>	<u>Cunoaşteţi riscurile asociate practicilor „sponsorizării”?</u>				
<u>3</u>	<u>Cunoaşteţi tineri care oferă servicii sexuale pentru „daruri”?</u>				
<u>4</u>	<u>Ştiţi cum să ajutaţi o persoană aflată în această situaţie?</u>				
<u>5</u>	<u>Cunoaşteţi motivele pentru care astfel de contacte se întâmplă?</u>				
<u>6</u>	<u>Ştiţi la cine puteţi apela pentru ajutor dacă aţi avea această problemă?</u>				
<u>7</u>	<u>Consideraţi că informaţiile prezentate vă sunt utile?</u>				

Vă mulţumim!



MODULUL 3	„Cealaltă față a lumii virtuale” „Manipularea psihologică” și „sexting-ul” – comportamente de risc în rândul tinerilor
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul principal al activității este acela de a dobândi cunoștințe privind două dintre formele de comportamente sexuale periculoase, manipularea psihologică în mediul online și sexting-ul.
REZULTATE	1. Elevii se vor familiariza cu riscurile care sunt asociate relațiilor periculoase din mediul online. 2. Elevii vor achiziționa cunoștințe despre violența în mediul online. 3. Elevii vor identifica situații riscante legate de realizarea de fotografii/filme cu conținut sexual, în care adolescenții sunt în postura de victime supuse umilirii și degradării morale. 4. Identificarea factorilor de protecție pentru tineri 5. Elevii vor dobândi cunoștințe despre riscurile asociate manipulării psihologice în mediul online și a sexting-ul.
METODE	• Conversația euristică • Studiul de caz • Brainstorming • Chestionar • Lucrul în echipă • Dezbateră
DURATĂ	60 min
RESURSE NECESARE	instrumente de scris, tablă, flipchart, player multimedia/ film
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1 (15 min) Introducerea atelierului de lucru și solicitarea acordului. 1. Scurtă descriere a problemei. Profesorul informează clasa că activitățile vor viza conținuturi despre forme de comportamente sexuale riscante în rândul tinerilor, și anume manipularea psihologică în mediul online și sexting-ul. 2. Profesorul propune semnarea unui acord scris care stipulează principalele reguli de urmat în cadrul atelierelor de lucru: • Ne respectăm unul altuia opinia • Nu judecăm celelalte persoane • În timpul activităților, lucrăm cu calm fără comportamente agresive • Ne implicăm activ în activitate • Cand o persoană vorbește, ascultăm cu atenție • Toate informațiile auzite în cadrul activităților vor fi tratate cu discreție și respect
	Activitatea 2 (10 min) Lucru în echipă: creați o definiție a manipulării psihologice în mediul online și a sextingului. 1. Profesorul împarte elevii în grupuri mici (4-5 persoane) 2. Fiecare grup este solicitat să descrie ce știe despre manipularea



	psihologică și sexting. 3. Fiecare grup primește o foaie de flipchart pe care va scrie următoarele informații: • Ce este manipularea psihologică și cum diferă ea de sexting? • Care este motivația victimelor de a realiza contacte online riscante? • Care este motivația victimelor de a trimite fotografii cu ei cu conținut pornografic (fotografii nud sau seminud) prietenilor, persoanelor străine sau altor persoane? • Care este vârsta victimelor și agresorilor, actori în cadrul fenomenului manipulării psihologice în mediul online și ale sextingului? • Unde/cum se întâlnesc victimele și agresorii? 4. După realizarea definițiilor, fiecare grup își prezintă ideile în plen. Profesorul compară definițiile create și extrage ideile principale.
	Activitatea 3 (10 min) Dezbateri: Ce știți despre manipularea psihologică în mediul online și sexting. 1. Profesorul oferă spre consultare informații în legătură cu problematica manipulării în mediul online și a sextingului printre tineri sub forma unei prezentări multimedia. Această prezentare demonstrează adevăratul risc al posturii de victimă. 2. Prezentarea conține o sumă de mesaje scurte precum: • Definiția noțiunilor de manipulare psihologică în mediul online și sexting • Aploarea fenomenului la nivel global și la nivelul țării • Care este profilul victimei și al agresorului • Care este media de vârstă a victimei și al agresorului • În ce mediu (virtual/real) se întâlnesc victimele și agresorii? 3. Profesorul sumarizează și concluzionează activitatea.
	Profesorul alege un fragment dintr-un film despre manipularea psihologică în mediul online și sexting Anexa nr.1
	Activitatea 5 (15 min) Brainstorming 1. După vizionarea fragmentelor din film despre manipulare și sexting, profesorul împarte participanții în grupuri mici de 5-6 elevi, cerându-i fiecărui grup să răspundă la următoarele cerințe: • Care sunt activitățile specifice manipulării în mediul online (de ex. agresorul oferă informații false despre sine: vârstă, sex, domiciliu, intențiile, orientarea sexuală etc)? • Care sunt activitățile specifice sextingului (de ex: postarea pe



	internet a propriilor fotografii nud și seminud, șantajul, intimidarea, ironizarea pe forumurile online)? • Cum putem evita, ce putem face pentru a nu ne implica într-o relație sexuală riscantă? • Căutarea unor modalități de ajutor? • Care sunt riscurile asociate manipulării psihologice în mediul online și ale sextingului. 2. Profesorul extrage ideile principale ale grupurilor sub forma unui centralizator realizat pe o foaie de flipchart. Anexa nr.2 Fiecare grup discută mesajele scrise și le atașează centralizatorului.
	Activitatea 6: (5 min) Sumarizare – o scurtă dezbateră: Unde pot găsi ajutor? Profesorul sumarizează activitatea. • Indică locurile, instituțiile etc care pot oferi ajutor, distribuie pliante cu adresele acestora și numerele de telefon Anexa nr.3 Solicită participanților completarea unui chestionar privind cunoștințele acumulate pe parcursul activității
	• Se asigură accesul liber al tuturor participanților la activitate • Se asigură o încăpere suficient de mare care să permită mișcarea liberă a participanților Se asigură accesul la mijloace de învățământ necesare desfășurării activității
EVALUAREA MODULULUI	Activitatea 7: (5 min) Profesorul solicită participanților să completeze chestionarul din Anexa nr.4
BIBLIOGRAFIE	• CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION. (2007). Sexual risk behaviors. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services (HHS). Retrieved May 15, 2007, from http://www.cdc.gov/HealthyYouth/sexualbehaviors/index.htm • DZIEWANOWSKA M. (2012). Sexting- wyzwanie dla prawa i rzeczywistości, Niebieska Linia nr 2, s. 27-29. • GIDDENS A. (2006). Przemiany intymności. Seksualność, miłość i erotyzm we współczesnych społeczeństwach. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN. • GOLA B. (2008). Modele zachowań seksualnych w prasie młodzieżowej i poglądach nastolatków. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego. • LIVINGSTONE S., MASON J. (2015). Sexual rights and sexual risks among youth online. A review of existing knowledge regarding children and young people's developing sexuality in relation to new media environments. London, This report was commissioned by eNACSO, THE EUROPEAN NGO ALLIANCE FOR CHILD SAFETY ONLINE : Web: www.enacso.eu



- MYSIOR R. (2012). Grooming–uwodzenie dzieci w Internecie. Remedium nr 9

MODULUL 3:

Cealaltă față a lumii virtuale – manipularea psihologică și sextingul – comportamente de risc în rândul tinerilor

Anexa 1



Povestea din filmul „Sextingul”

Buckinghamshire Safeguarding Children Board BSCB Strategy:

<https://www.youtube.com/watch?v=FakGpaTPgD4>

Povestea din filmul „Manipularea”

B4UClick este o resursă fundamentală privind educarea securității online din USA. B4UClick își propune să creeze o metodă cu ajutorul căreia să se poată educa, comunica și oferi o cale pentru a raporta abuzul online a fiecărui copil într-o manieră familiară copiilor și adolescenților. În plus B4UClick oferă resurse pentru părinți, profesori, educatori, lucrători sociali care sunt în concordanță cu standardele guvernamentale.

<https://www.youtube.com/watch?v=IUjwHPah72o>

Cealaltă față a lumii virtuale – manipularea psihologică și sextingul – comportamente de risc în rândul tinerilor - TABEL

Cealaltă față a lumii virtuale – manipularea psihologică și sextingul – comportamente de risc în rândul tinerilor Centralizator		
Ce activități sunt specifice manipulării	Ce activități sunt specifice sextingului	Modalități de ajutor

Anexa 3



Comportamente sexuale riscante/adevate ale tinerilor

Conform literaturii de specialitate

Nr	COMPORTAMENTE SEXUALE RISCANTE	COMPORTAMENTE SEXUALE ADECVATE
1	Oferirea de contacte sexuale în schimbul unei sume de bani (sponsorizarea)	Contacte sexuale exclusive (un singur partener) cu implicare emoțională
2	Contacte sexuale neprotejate	Folosirea metodelor contraceptive
3	Contacte sexuale cu parteneri multipli/ jocuri sexuale	Accentul pe siguranța personală, evitarea jocurilor sexuale pentru menținerea stării de sănătate fizică și psihică optimă
4	Contacte sexuale întâmplătoare	Renunțarea la contacte sexuale



		întâmplătoare
5	Contacte sexuale sub influența alcoolului/drogurilor	Evitarea intoxicației cu alcool/droguri, dar și a contactelor sexuale sub influența acestora
6	Contacte sexuale cu persoane mai în vârstă	Cultivarea de relații cu persoane de vârstă apropiată. Evitarea situațiilor periculoase și informarea celor aporțiți privind relațiile cu persoane mai în vârstă.

CONSECINȚELE COPORTAMENTULUI SEXUAL RISCANT

Boli cu transmitere sexuală SIDA, boli venerice, etc
Sentimente de rusine, dezgust și vină
Sarcini nedorite
Probleme familiale
Contacte disfuncționale cu semenii
Expunere la violență, agresiune și dependență
Tendințe depresive

DICȚIONAR AL COMPORTAMENTELOR SEXUALE DE RISC

Grooming – Manipularea psihologică în mediul online -
Sexting – postarea online de fotografii cu conținut pornografic/sexual ai semenilor. Fotografiile au un conținut umilitor și înjositor
Sex chat - Videochat-uri în care apar copii/tineri care se dezbracă
Prostituție – întreținerea de relații sexuale cu scop financiar
Pornografie – expunerea de fotografii/filme cu conținut pornografic/sexual anonim pe net

Chestionar

Anexa 4

Cealaltă față a lumii virtuale – manipularea psihologică și sextingul – comportamente de risc în rândul tinerilor

Participanții la activitate vor marca căsuța corespunzătoare opțiunii alese

		Vârstă	Feminin	Masculin	
Nr	Întrebare	Da	Nu	Nu știu	
1	Considerați că manipularea și sextingul sunt fenomene obișnuite în rândul copiilor și tinerilor?				
2	Cunoașteți riscurile asociate acestor fenomene de manipulare și sexting?				
3	Ați întâlnit persoane care au fost în postura de victimă sau de agresor?				
4	Vă simțiți capabili să ajutați astfel de persoane?				
5	Ați identificat motivele pentru care aceste contacte au fost realizate?				
6	Știți unde puteți primi ajutor dacă ați fi într-o astfel de situație?				
7	Considerați utile informațiile primite în această				



		activitate?			
	Vă mulțumesc!				

MODULUL 4	Emoții riscante și relații periculoase: pornografie, prostituție și utilizarea în situații concrete de viață
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul general al activității este acela de a acumula cunoștințe privind una din situațiile de contact sexual riscant reprezentate de prostituție și pornografie și asocierea noțiunilor cu situații concrete de viață
REZULTATE	Elevii vor conștientiza riscurile asociate relațiilor periculoase, dependențelor prostituția și pornografia 1. Elevii vor fi informați asupra criminalității asociate comportamentelor sexuale riscante 2. După atelierul de lucru, elevii vor fi capabili să identifice factorii protectivi și de ajutor 3. Ei vor achiziționa cunoștințele necesare despre riscurile asociate prostituției, pornografiei și relațiilor distructive.
METODE	• Discuția • Dramatizarea • Metoda studiului de caz • Brainstorming • Metoda chestionarului • Lucru în echipă • Problematizarea
DURATĂ	60 min
RESURSE NECESARE	instrumente de scris, tablă, flipchart, player multimedia/ film
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1 (5 min) Introducerea în atelierul de lucru și reamintirea contractului: 1. O scurtă introducere a problematicei 2. Lectorul informează cursanții că atelierul de lucru vizează formele de comportamente sexuale riscante care apar la copii și la tineri - pornografia, prostituția în situații reale de viață 3. Se propune semnarea unui acord contractual, se scriu câteva reguli care vor fi urmate de către toată lumea pe perioada atelierelor de lucru. De exemplu: • Îi respectăm pe ceilalți și opiniile celorlalți privind problematicele date • Nu judecăm celelalte persoane • În timpul activității vom lucra calm, fără a utiliza forme de comportamente agresive • Vom încerca să participăm activ la activități • Când altă persoană vorbește, ascultăm cu atenție



	• Tratăm toate informațiile prezentate în cadrul atelierelor de lucru cu respect și discreție
	Activitatea a doua (10 min) Povestea despre pornografie, prostituție și utilizarea în cazuri de viață reale 1. Pe baza poveștii prezentate, încercați definirea prostituției, pornografiei și utilizarea lor în situații reale de viață 2. Trainerul împarte participanții în grupuri (5-6 persoane) 3. Fiecare grup citește povestea (cazul) (Anexa nr.1)
	Activitatea a treia (20 min) Lucru în echipă, brainstorming: creați o definiție a pornografiei, prostituției și utilizarea în situații concrete de viață/ 1. Trainerul împarte participanții în grupuri mici (4-5 persoane) 2. Fiecare grup va încerca să descrie (pe baza poveștii Joanei și pe baza propriilor informații) ce cunoaște despre pornografie, prostituție și comportamente sexuale riscante 3. Fiecare grup primește post-it-uri pe care vor trebui să noteze următoarele informații: • Ce este pornografia (de ex: distribuirea/împărtășirea pe Internet a unor situații cu caracter sexual, înregistrarea acestora, poze cu caracter pornografic, etc) • Ce este prostituția (de ex: forțarea victimelor să se prostitueze, violența, agresivitatea, reținerea documentelor de identitate) • Care este motivația victimelor și autorilor infracțiunilor să participe la activități sexuale riscante. • Care este media de vârstă a victimelor și agresorilor • Unde se pot întâlni victimele și autorii infracțiunilor 4. După crearea definiției, fiecare grup își prezintă munca în plen 5. Se lipesc informațiile pe „Avizier” (Anexa nr 2) 6. Trainerul discută informațiile și definițiile create. Sumarizează
	Activitatea a patra (20 min) Dramatizare și vizionare de film: Povestea Paulinei în vârstă de 16 ani 1. Profesorul împarte participanții în grupuri mici (4-5 pers) 2. Elevii vizionează filmul „Povestea Paulinei în vârstă de 16 ani” – anexa nr 3 3. După proiecția filmului... 4. Elevii au sarcina de a participa la un joc de rol cu următoarele personaje: • Mama și tata – o conving pe Paulina să nu meargă în străinătate („În țara noastră e mai bine, ești în siguranță. Uite, situația pare stranie și prietenul tău nu ar trebui să te invite în această excursie- tu încă ești la școală etc” • Paulina – vrea să meargă în străinătate cu prietenul ei. (de ex: „Îl iubesc pe prietenul meu. Trebuie să îl văd. Trebuie să îl



	ajut...”) • Un martor care asistă la conversație – el trebuie să găsească soluții pentru a scoate din impas familia, să găsească argumentele potrivite pentru depășirea situației de criză. 5. Sumarizarea 6. Profesorul împreună cu grupul de elevi discută despre: • Regulile comunicării asertive • Principiile medierii • Sentimentele părinților Paulinei • Cum percepe martorul situația de criză
	Activitatea a cincea (10 min) Problematizarea: ce informații aveți despre pornografie, prostituție în rândul copiilor și tinerilor 1. Profesorul oferă informații sistematizate despre problematica pornografiei, a prostituției în rândul copiilor și tinerilor utilizând o prezentare multimedia 2. Se prezintă riscurile asociate victimelor pornografiei și a prostituției 3. Se prezintă locurile de întâlnire dintre victime și ageseori, fie în mediul virtual, fie în lumea reală 4. Care sunt riscurile și consecințele practicării pornografiei, a prostituției Profesorul sumarizează informațiile și face conexiuni între definițiile realizate în activitatea 3.
MENTȚINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesul tuturor factorilor educaționali implicați la activități • Se asigură un spațiu suficient de mare pentru a permite mișcarea liberă a participanților • Se asigură accesul la mijloacele didactice necesare desfășurării activităților, cât și a echipamentului multimedia
EVALUAREA MODULULUI	Activitatea a șaptea (5 min) Profesorul coordonator solicită elevilor să completeze chestionarul din anexa nr 4
BIBLIOGRAFIE	• BEBAS S. (2014) Patologie i zagrożenia wirtualnego świata – wybrane aspekty. Wychowanie Na Co Dzień nr 3, s. 21-26. • GARDIAN-MIAŁKOWSKA R. (2015) Prostytucja Nieletnich. Remedium nr 1, s. 1-4. • KURZEPA J. (2005). Młodzież pogranicza-“świnki”. O prostytutkinieltnich. Impuls. • MELASA W.(2008) Zainteresowanie nastoletnich chłopców ofertami seksualnymi w Internecie Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze nr 5, s. 42-46. • WOJTASIK Ł. (2004). Nigdy nie wiadomo, kto jest po drugiej stronie. Ogólnopolska kampania społeczna „Dziecko w sieci”



	.Niebieska Linia nr 3, s. 30-31 27. • KLAIN E. J. (1999)Prostitution of Children and Child-Sex Tourism: An Analysis of Domestic and International Responses. National Center for Missing &ExploitedChildren.Rockville. • FOX J.(2014).IntoHell: Gang-Prostitution of Minors, 20 Wash. & Lee J. Civ. Rts. &Soc. Just. 591.Availableat: http://scholarlycommons.law.wlu.edu/crsj/vol20/iss2/11
--	---

MODULUL 4 :	Emoții riscante și relații periculoase: pornografie, prostituție și utilizarea în situații concrete de viață
	 Anexa 1 Ioana, o adolescentă de 16 ani, foarte drăguță, dar foarte timidă îl întâlnește într-o zi pe Lucas de care se îndrăgostește pe loc. El era tandru, grijuliu, sensibil. Erau zile în care el nu o părăsea nici un moment. Pe de altă parte, familia Ioanei a vazut multe defecte/neconcordanțe la Lucas. Băiatul era mult mai în vârstă, avea 24 de ani. El nu muncea și nici nu frecventa școala., dar nici nu păstra legătura cu părinții lui. În ciuda acestui fapt el deținea o mașină scumpă, un apartament luxos și bani. De asemenea, se întâlnea cu oameni dubioși. De multe ori familia a asistat la conversații telefonice purtate pe un tot agresiv. Cu toate acestea Ioana nu vedea nimic. Într-o zi Lucas i-a spus Ioanei că are o problemă financiară majoră. A rugat-o să îl însoțească la o întâlnire de afaceri unde să facă conversațe și să danseze cu oamenii de afaceri în schimbul unei sume mari de bani. Ioana a fost de acord și a participat la întâlnirea de afaceri. Însă acolo ea a fost violată și batută cu brutalitate. La final ea a fost recompensată financiar „pentru favorurile sexuale oferite”. Ea i-a dăruit toți banii pe care i-a oferit lui Lucas. Băiatul i-a spus că o iubește foarte mult și ca are nevoie în continuare de mai mulți bani. În ciuda durerii și umilinței, Ioana nu a mărturisit nimic părinților ei. Lucas a insistat ca ea să se întâlnească în contiulare cu alți oameni de afaceri necunoscuți. Ioana a acceptat compromisul pentru că-l iubea pe Lucas. Din nou ea s-a întors bătută și violată. În final, i-a spus lui Lucas că nu se mai duce acolo niciodată. Dar Lucas deținea fotografii compromițătoare din timpul întâlnirilor cu care a amenințat-o. Ioana era disperată... se temea de umilințe și hărțuire. A continuat să lucreze ca prostituată.... Cu timpul Lucas a început să o înregistreze video în timpul întâlnirilor, si apoi să posteze pe internet filmările.



Viața Ioanei a devenit un coșmar...

Nu mai putea să-și înceapă ziua fără droguri și/sau alcool...

Anexa 2



Emoții și relații problematice – pornografie, prostituție – situații din viața reală

Pornografie și prostituție la copii și tineri– situații din viața reală Fișă de lucru		
Ce este pornografia?	Ce este prostituția?	Denumiți situații specifice din viața reală aplicate la copii și tineri

Povestea Paulinei în vârstă de 16 ani

Annex 3



Material educațional al Fundației „We Give Children A Strength” (formerly the Nobody's Children Foundation).

<https://www.youtube.com/watch?v=TETojzBHQT0>

Chestionar

Anexa 4



Chestionar:

Emoții și relații problematice – pornografie, prostituție – situații din viața reală
Elevii participanți marchează alegerea bifând căsuța potrivită

		Vârsta	Feminin	Masculin	
Nr	Întrebare	Da	Nu	Nu știu	
1	Credeți că prostituția și pornografia sunt un fenomen obișnuit în rândul copiilor și adolescenților?				
2	Cunoașteți risurile asociate prostituției și pornografiei sau alte comportamente sexuale riscante?				
3	Ați întâlnit persoane care ar fi putut fi victime sau agresori?				
4	Considerați că într-o astfel de situație puteți fi de				



		ajutor?			
5		Cunoașteți motivația victimelor și agresorilor?			
6		Aveți persoane la care puteți apela dacă v-ați afla într-o situație de risc?			
7		Considerați că informațiile transmise în acest atelier de lucru vă sunt utile?			
Vă mulțumim!					

MODULUL 5	Mituri și adevăruri despre suicid
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Să oferim informații corecte și să dezvoltăm abordări adecvate problematicii suicidului.
REZULTATE	- Elevii vor fi capabili să diferențieze adevărurile de mituri în ceea ce privește suicidul - Vor acumula cunoștințe realiste - Vor fi capabili să vorbească fără inhibiții despre problematica suicidului.
METODE	Conversația euristică Chestionarul
DURATĂ:	60 min
RESURSE NECESARE	instrumente de scris, tablă magnetică, flipchart, fișe de lucru
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: „brainstorming” Profesorul cere elevilor (pot fi împărțiți în grupuri mici) să se gândească la importanța problematicii suicidului. Poate adresa întrebări suplimentare: - De ce este important să discutăm despre suicid? - De ce este dificil să vorbim despre suicid? - Cum mă poate ajuta pe mine și pe cei din jurul meu faptul că știu mai multe despre suicid? Profesorul va încerca să implice toți participanții în conversație. Critica și judecățile de valoare nu sunt permise. La sfârșitul activității ideile vor fi summarize. Acest subiect poate fi înspăimântător datorită încărcăturii emoționale și lipsei cunoștințelor în acest domeniu. Vom vorbi despre acest subiect pe parcursul mai multor întâlniri cu scopul de a fi stabili emoțional când întâlnim situații de viață de acest gen. <i>Elevii au tendința de a nu vorbi despre gândurile lor suicidale. Acest lucru indică faptul că nu au încredere în persoanele de lângă ei și se tem să nu fie înțeleși greșit. Puțini dintre ei vor spune directorului școlii dacă unul dintre colegi are tendințe suicidare din teama de a nu îi trăda încrederea și de frica responsabilității în cazul unei tentative reușite de suicid.</i>
	Activitatea 2: Chestionar „Afirmații despre suicid” Anexa nr 1-10 min Profesorul îi informează pe elevi că răspunsurile la chestionar îi vor ajuta să dobândească cunoștințe și să-și formeze atitudini corecte



	despre suicid • Citește instrucțiunea „Citește fiecare afirmație din chestionar și apreciază dacă în opinia ta este adevărată (A) sau falsă (F). Chestionarul este anonim, doar scrie un semn distinctiv pentru a-l putea recunoaște mai târziu. Completează chestionarul independent. • Aplicarea și colectarea chestionarelor
	Activitatea 3: Discutarea răspunsurilor oferite în cadrul chestionarului 15 min • Se împart elevii în grupuri de câte 5 • Se adresează întrebarea următoare grupului: „Ca afirmație v-a pus în dificultate?” • Reprezentantul fiecărui grup prezintă rezumatul discuțiilor • Se scriu cele mai importante observații ale grupurilor pe tabla magnetică • Se discută punctele de vedere diferite
	Activitatea 4: Categorișirea miturilor și adevăruri despre suicid 15 min • Se împart elevii în grupuri • Se distribuie fișa de lucru (Anexa nr 2) • Se solicită grupurilor să discute materialul primit și să identifice diferențele apărute în fiecare grup • Se discută miturile și adevărurile
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesul tuturor factorilor educaționali implicați la activități • Se asigură un spațiu suficient de mare pentru a permite mișcarea liberă a participanților
EVALUAREA MODULULUI	Se solicită participanților să completeze 3 propoziții oral sau în scris • Am descoperit că... • Am învățat că ... • Am fost surprins că....
BIBLIOGRAFIE	• Pivorienė R. V., Striunga S., Sturlienė N., Švyturys. Savižudybių prevencijos programa/Vilniaus miesto psichologinė pedagoginė tarnyba, 2000 • Savižudybių prevencijamokykloje. Metodinė medžiaga. Medžiagą parengė: Virginija Mikėnienė, dr. Kristina Ona Polukordienė, dr. Paulius Skruibis, Jelena Trofimova. Jaunimo psichologinės paramos centras. Vilnius, 2012

MODULUL 6	Factorii de risc ai suicidului
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Experiențe deosebite, sentimente, gânduri apăsătoare ale persoanelor aflate în dificultate
REZULTATE	• Elevii vor descoperi problemele cu care se confruntă adolescenții • Elevii vor identifica sentimentele care cauzează dificultăți și probleme • Elevii vor analiza relațiile dintre problemele întâlnite și experiențele trăite



	Elevii vor enumera dificultățile și experiențele care cauzează/agravează riscul apariției suicidului
METODE	Conversația euristică Jocul de rol
DURATĂ:	60 min
RESURSE NECESARE	instrumente de scris, tablă magnetică, flipchart, fișe de lucru
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: “Brainstorming” 15 min Profesorul adresează elevilor următoarea întrebare: <i>„Cu ce probleme se confruntă adolescenții sau tinerii în viața de zi cu zi: în familia lor, la școală sau în grupul de prieteni?”</i> Profesorul încurajează participanții să noteze cât mai multe probleme cu care se confruntă pe o foaie de hârtie. El îi ajută pe tineri să integreze în activitate și teme inconfortabile de genul: comportamente riscante, consum de alcool/droguri, violență școlară. Lista conținând dificultățile identificate este necesară activității nr 3 Activitatea 2: Brainstorming „Harta emoțiilor” 15 min - Solicită elevilor să noteze pe o foaie de hârtie într-o ordine aleatorie care sunt emoțiile pe care le cunosc. - Se explică elevilor faptul că nu există emoții „rele” sau „bune,, și că toate fac parte din viața noastră interioară. - Concluzii Dificultățile și probleme de viață pot determina emoții foarte puternice în rândul adolescenților care pot deveni apoi depresivi și copleșiți de situație. Este dificil pentru o persoană care se simte copleșită de astfel de emoții să povestească despre ele deoarece el/ea încercă să evite să îi îngrijoreze pe cei din jur ori se tem că vor fi înțeleși greșit. Este dificil să descrie ceea ce simt prin cuvinte. Primul pas în controlul emoțiilor este denumirea și înțelegerea lor. Prin urmare este foarte important să fim capabili să ne recunoaștem propriile sentimente, cât și sentimentele partenerului, dar și să deținem o paletă suficient de largă emoțională. Activitatea 3: jocul „Monstrul” 25min La începutul jocului toți participanții se așează în cerc. „Monstrul” stă în picioare în mijlocul cercului. El se poate mișca foarte încet cu mișcări însoțite de sunete potrivite rolului. Scopul lui este să se apropie de un jucător și să îl „înghită” (prin îmbrățișare). La începutul jocului profesorul își asumă rolul de monstru pentru exemplificare. Un participant care vede „Monstrul” apropiindu-se are un singur mod de a se elibera cerând ajutorul unui alt participant cu privirea. Acesta trebuie să-și strige numele pentru a atrage atenția „Monstrului”. Auzint un nou nume, „Monstrul” pornește spre noua victimă cu pași mici. Dacă monstrul reușește să prindă victima și să o îmbrățișeze, aceasta devine monstru la rândul ei. Discuții : - Care au fost emoțiile victimelor în momentul sesizării pericolului? - Au reușit să ceară ajutor cu privirea?



	• Cum s-a simțit victima când nimeni nu a răspuns chemării ei? • Cum s-a simțit victima când a auzit numele salvatorului? • Cum s-a simțit monstrul? Discuția se va focaliza pe dificultățile în solicitarea ajutorului: cât de greu a fost, dacă l-a așteptat, dacă a sperat, iar dacă o solicitare de ajutor nu este concretizată atunci este necesar solicitarea ajutorului într-o altă parte. • Cine este Monstrul care mă înspăimântă din viața mea și simt sau mi se pare că nu există nicio scăpare?
MENTȚINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesul tuturor factorilor educaționali implicați la activități • Se asigură un spațiu suficient de mare pentru a permite mișcarea liberă a participanților
EVALUAREA MODULULUI	Se solicită elevilor să competeze 3 propoziții oral sau în scris 5 min • A fost nou pentru mine... • Am învățat... • M-a surprins...
BIBLIOGRAFIE	• Pivorienė R. V., Striunga S., Sturlienė N., Švyturys. Savižudybių prevencijos programa/Vilniaus miesto psichologinė pedagoginė tarnyba, 2000 • Savižudybių prevencijamokykloje. Metodinė medžiaga. Medžiagą parengė: Virginija Mikėnienė, dr. Kristina Ona Polukordienė, dr. Paulius Skruibis, Jelena Trofimova. Jaunimo psichologinės paramos centras. Vilnius, 2012

MODUL 7	Cum să depășim dificultățile
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Dezvoltarea atitudinii elevilor potrivit căreia ajutorul este posibil și necesar persoanelor care se află într-o situație de criză
REZULTATE	• Elevii vor învăța să recunoască factorii care favorizează suicidul • Elevii vor învăța modalități concrete de a ajuta • Elevii vor deveni încrezători că sunt capabili să rezolve probleme de viață
METODE	Conversația euristică, reflecția, jocul de rol
DURATĂ	60 min
RESURSE NECESARE	Instrumente de scris, tabla magnetică, flipchart, hartie, fișe de lucru
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: „Brainstorming” Activitatea 1: „Brainstoming” 10 min Elevii sunt întrebați: • Pot fi evitate dificultățile, probleme și situațiile de criză din viața noastră? • De ce o persoană care trece printr-o situație de criză nu vede o cale de ieșire și se retrage în sine?



	Cum ne dăm seama dacă o persoană are intenția de a se sinucide? În timpul discuțiilor profesorul subliniază faptul că toți oamenii trec prin dificultăți, probleme și situații de criză și uneori pot avea gânduri suicidare. Când trece printr-o depresie, criză, gândirea devine rigidă, sentimentul izolării se amplifică și persoana se simte neajutorată și fără speranță. Putem identifica semne cum că acea persoană cere ajutor: lipsa interesului privind activități de petrecere a timpului liber, hobby-uri, nu mai comunică, se comportă neglijent, își face singur rău, consumă alcool excesiv sau droguri, nu îi pasă cum arată, spune că „nu mai suportă.”, „nu înțelege ce se întâmplă.”, „eșuează în tot ce întreprinde”, „nimeni nu îl/o poate ajuta” etc. este important să identificăm semnele de alertă chiar și atunci când ajutorul nu este cerut în mod expres.
	Activitatea 2: Citirea de scrisori de adio 25 min Compunerea unei scrisori este un strigăt de ajutor - După citirea scrisorilor se solicită răspuns la următoarele întrebări. Întrebările se scriu pe tablă sau pe o foaie de flipchart - Cum s-a simțit persoana care a scris scrisoarea de adio? - Ce tip de probleme de viață avea această persoană? - Ce semnale de alarmă ar fi putut fi identificate de către cei din jur? - Se împart elevii în 4 grupuri și primesc câte o scrisoare per grup. (Anexe nr. 3, 4,5,6) - Se solicită grupurilor să citească scrisoarea și să răspundă la întrebările de mai sus. - Se solicită reprezentanților fiecărui grup să citească cu voce tare scrisoarea și grupul să răspundă la întrebări. Se scriu răspunsurile pe tablă/hârtie. În timp ce se sumarizează ideile elevilor, se pune accentul pe sentimentele trăite de oameni, cu ce probleme s-au confruntat și ce semnale de ajutor ar fi trebuit să primească răspuns de la cei din jurul lor.
	Activitatea 3: conversație „Abordări adecvate/inadecvate” 10 min Teme de reflecție: - Cum îți rezolvi tu problemele și dificultățile cu care te confrunți - Care sunt modalitățile adecvate sau inadecvate pentru a rezolva aceste probleme - Se împart participanții în grupuri de 4 persoane. Fiecare grup discută modalitățile de depășire a acestor probleme și elaborează o listă cu modalitățile adecvate/ inadecvate de abordare a acestora. Se afișează lista cu problemele /dificultățile care a fost realizată în timpul primei activități astfel încât participanții să o poată utiliza în activitățile ulterioare. - Reprezentantul fiecărui grup prezintă lista



	• Lista comună întregii clase este elaborată Profesorul trebuie să facă distincția dintre cei doi termeni: căi adecvate/ căi inadecvate de soluționare a problemelor; deoarece de depinde evitarea suicidului în special în cazul adolescenților. În timpul discuțiilor ideea principală este că suicidul este o cale inadecvată de soluționare a unei probleme. Noi putem să îi ascultăm, să îi orientăm într-o situație de criză, să spunem adulților importanți pentru noi problema cu care ne confruntăm și să îi îndrumăm către un specialist. Când ni se comunică intenția de suicid este imperativ necesar să informăm pe cineva imediat. • Solicită elevilor să se gândească și să comunice celorlalți numele unei persoane la care ei ar apela în caz de criză • Se împart pliante cu contacte ale persoanelor la care adolescenții în situații de criza pot apela (Anexa nr. „Nu ești singur!”)
	Activitatea 4: Joc de rol „Fiecare care ... se îmbrățișează” 10 min Participanții se plimbă în jurul camerei. Profesorul spune o trăsătură, o activitate, etc. cu voce tare și fiecare dintre elevi care împărtășește această trăsătură să se îmbrățișeze. • Profesorul spune: „Toți cei care au părul blond să se îmbrățișeze” • Elevii care au părul blond se regăsesc și se îmbrățișează. Ceilalți observă. • În enumerarea trăsăturilor profesorul se asigură că toți elevii se îmbrățișează de mai multe ori • Dacă profesorul consideră că elevilor nu le place să se îmbrățișeze el alege altă variantă (de ex. să dea mâna) Exemple de trăsături comune: dețin un câine, beau ceai în fiecare dimineață, le place pescuitul, evitarea sarcinilor de lucru, copil unic, le place sportul, sunt triști, poartă ochelari, întârzie, etc. • Profesorul mulțumește fiecăruia pentru deschidere și dorința de înțajutorare
METINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesul general la activitate • Se asigură spațiul adecvat care să asigure mișcarea liberă a participanților
EVALUAREA MODULUI	Li se cere elevilor să completeze trei propoziții oral sau în scris: 5 min • A fost nou pentru mine... • Am învățat că.... • Am fost surprins să aflu...
BIBLIOGRAFIE	• Pivorienė R. V., Striunga S., Sturlienė N., Švyturys. <i>Savižudybių prevencijos programa/Vilniaus miesto psichologinė pedagoginė tarnyba</i>, 2000



	• <i>Savižudybių prevencija mokykloje. Metodinė medžiaga. Medžiaga parengė: Virginija Mikėnienė, dr. Kristina Ona Polukordienė, dr. Paulius Skruibis, Jelena Trofimova. Jaunimo psichologinės paramos centras. Vilnius, 2012</i>
--	--

Anexa nr. 1

CHESTIONAR

INIȚIALE _____

CLASA _____

ȘCOALA _____

DATA _____

	ADEVĂRAT	FALS
1. Oamenii care se sinucid sunt nebuni		
2. Depresia este caracteristica principală a persoanelor care se gândesc să se sinucidă.		
3. Sinuciderea se întâmplă pe neașteptate		
4. Oamenii care vorbesc despre sinucidere nu se sinucid		
5. Dacă vorbim despre suicid cu o persoană, aceasta se va gândi să se sinucidă		
6. Suicidul este cauza principală a morții în rândul adolescenților		
7. Dacă ai promis să ții un secret și afli că prietenul tău se gândește să se sinucidă atunci ar trebui să păstrezi secretul.		
8. Eșecul și pierderea este un semn de risc de suicid		
9. Este necesar ca tu să-ți influențezi prietenii să nu se mai gândească la suicid.		
10. Suicidul este o modalitate de rezolvare a problemelor a ființelor umane.		
11. Să vorbești despre suicid este un semn de risc.		
12. Oamenii care se gândesc la suicid, la momentul respectiv se confruntă cu două sentimente opuse: o parte dintre ei vor să		



trăiască în timp ce cealaltă parte vor să moară.		
13.Cea mai bună modalitate de abordare a persoanelor care intenționează să se sinucidă este să îi întrebi direct despre intențiile lor		
14. Dacă prietenul tău se gândește la suicid și chiar are un plan, el sigur este în criză și are nevoie de ajutor imediat.		
15. Este imposibil să-i ajuți pe oamenii care se gândesc să se sinucidă		

Anexa nr. 2

Mituri și adevăruri despre suicid

Mituri	Adevăruri
1. Oamenii care se gândesc la suicid nu se sinucid	Opt din zece oameni care se sinucid, prezintă semne clare privind intenția lor. Oamenii care se gândesc să se sinucidă adesea spun intențiile lor în diferite modalități. În cele mai multe cazuri ei vorbesc sau scriu despre sinucidere. Oamenii care vorbesc despre intenția lor de sinucidere ar trebui să fie tratați cu seriozitate. Ei nu caută atenția- ei strigă după ajutor.
2. Sinuciderea se întâmplă pe neașteptate	Cercetările demonstrează că oamenii care comit suicidul oferă celor din jur indicii și semnale de alarmă despre intenția lor. Dacă oamenii se simt cu adevărat răniți ei câteodată afișează o stare emoțională opusă a ceea ce trăiesc ei în realitate. Adesea adolescenții își ascund durerea în spatele unui comportament agresiv sau violent. Ei se implică într-un comportament riscant pentru a evita sau ieși din situația de criză. Consumul de droguri mărește riscul de suicid.
3. Oamenii care comit suicid vor cu adevărat să moară.	Cei mai mulți dintre sinucigași nu sunt siguri dacă vor să trăiască sau să moară. Ei se „joacă cu moartea” lăsând salvarea pe mâna celorlalți. Aproape nici unul dintre ei nu se sinucide fără să lase un mesaj de adio.
4. Dacă o persoană este un „sinucigaș”, el/ea va rămâne un „sinucigaș” pentru totdeauna	O persoană care se hotărăște să se sinucidă este un sinucigaș pentru o perioadă limitată de timp. Este posibil să îi ajutăm pe cei care se gândesc să comită o tentativă de suicid.
5. Suicidele sunt mai dese	Sinuciderea nu este o boală a oamenilor bogați sau săraci și nici



în rândul tinerilor bogați sau din contră în rândul populației sărace.	un privilegiu. Sinuciderea este de obicei în mod egal răspândită în toate grupurile sociale.
6. Suicidul se moștenește	Sinuciderea nu poate fi moștenită, este legată de trăsăturile individuale.
7. Toți sinucigași au probleme psihice.	Cercetările pe sute de sinucigași demonstrează că deși sinucigașul este o persoană nefericită el nu suferă de boli psihice.
8. Conversațiile despre suicid pot induce sau încuraja comiterea lui.	Conversațiile despre suicid nu încurajează o persoană să comită o tentativă de suicid. Din contră, ele oferă o oportunitate de a-și exprima emoțiile și sentimentele.

Anexa nr. 3

Scrisoare de adio

Pentru oricine găsește această scrisoare:

Maria urăște școala. Să frecventeze școala nu este una din activitățile ei preferate. Oricât de multe eforturi ar face, ea eșuează în orice activitate; ea s-a saturat să mai încerce. Profesorii sunt nemulțumiți că ea nu își îndeplinește sarcinile de lucru. Copiii râd de ea și o fac proastă. Maria nu poate gândi cu claritate; ea a plâns toată noaptea trecută. Nici nu pot să vă mărturisesc câtă durere se află în ochii ei. De ce ceilalți nu văd durerea? Ea va evada și-și va începe viața din nou. Poate, va întâlni noi prieteni care nu o vor respinge. Poate va găsi liniștea în gândurile ei. Poate ea va descoperi ceva ce face bine. Maria este obosită de atâta durere; ei îi este teamă și se simte disperată. Vrea cineva să o ajute? Maria știe că ar putea fi o povară imensă pentru oricine; Maria nu mai poate suporta. Ea va muri în curând. Nu are prieteni cu care să împărtășească durerea ei. Ea nu poate să facă față eșecurilor și respingerilor; ea își dorește atât de mult să fie fericită. Numele meu este Maria.

Anexa nr. 4

Scrisoare de adio

La sfârșitul săptămânii trecute i-am mărturisit prietenului meu că vreau să mă sinucid. El m-a privit ca și când mi-am pierdut mințile. După aceea a început să râdă și mi-a spus: „Sigur că da, Ionuț! Ce ai de gând să faci? Ai de gând să-ți zbori creierii. Ești în toate mințile?”. I-am spus că glumesc. El s-a simțit atunci ușurat, dar mă evită de atunci ca și cum aș fi bolnav. Totuși, adevărul este că „eu nu sunt nebun, dar sunt extrem de serios în ceea ce am afirmat”.

Anexa nr. 5



Scrisoare de adio

Părinți mei divorțează. Câteodată simt că lupta dintre părinții mei mă aruncă dintr-o parte în alta. Ca și cum ar trebui să aleg o tabără... eu nu pot face asta, și este atât de greu să fii la mijloc... eu nu pot să alerg dintr-o parte în alta. Este așa o confuzie. Mă simt atât de confuz... Știu că certurile lor nu sunt din vina mea, dar câteodată simt că aș fi putut să spun cuvintele potrivite sau să fac lucrul potrivit, că aș fi putut să fiu tot ceea ce ei au nevoie. Poate atunci aș fi putut să-i determin să fie împreună, să fie fericiți. Simt că dacă aș fi putut să le împărtășesc durerea mea, ei s-ar fi oprit.

Cred că atunci când am încercat să mă sinucid, a fost un strigăt de ajutor - pentru noi toți.

Anexa nr.6

Scrisoare de adio

Niciodată nu m-au iubit, știi tu. Îmi amintesc o dată când aveam cinci ani. Mama mea vorbea la telefon timp îndelungat. Am fost afară și ea nici măcar nu a observat ce făceam. M-am ascuns de ea. Când a venit să mă cheme la cină, nu am răspuns. S-a uitat apoi s-a întors acasă. Nu a venit să mă găsească, deși m-am ascuns până când tatăl meu a venit acasă. De asemenea, nici el nu m-a iubit, este adevărat - nu a făcut-o. Când eram cuminte și studiam bine, m-au tolerat. Dar nu m-au întrebat niciodată cum m-am simțit, ce vreau, dacă mă doare ceva sau dacă am fost fericit. Dacă eram în conformitate cu programul lor - totul a fost bine. Dar sentimentele mele nu erau la fel de importante ca și dorințele și nevoile lor.

Mama mea participă întotdeauna la seminarii despre cum să fii un părinte bun, lecții de tenis, se joacă de-a gospodina sau face alte cursuri stupide. Tatăl meu a crezut că totul e perfect dacă am hainele potrivite, cunoaște oamenii potriviți, are doi copii, două mașini și un câine.

Am fost moartă pentru ei de mult timp. Va schimba sinuciderea ceva?

Anexa nr. 7

PSICHOLOGINĖ PAGALBA TELEFONU IR INTERNETU

PAVADINIMAS	TELEFONAS	DARBO LAIKAS	INTERNETINIS EL.PAŠTAS	PUSLAPIS,
JAUNIMO LINIJA Budisavanoriaikonsultantai	8 800 28888	I-VII visa para	http://www.jaunimolinija.lt	
VAIKŲ LINIJA Budisavanoriaikonsultantai, profesionalai	116 111	I-VII 11:00-23:00	http://www.vaikulinija.lt	
LINIJA DOVERIJA (parama teikiamarusųkalba)	8 800 77277	II-VI 16.00 -	-	



Budisavanoriaikonsultantai. Pagalbaskirtapaaugliamsirjaunimui.		20.00	
VILTIES LINIJA (parama suaugusiems) Budiprofesionalai, savanoriaikonsultantai	116 123	I-VII visą parą	http://paklausk.kpsc.lt/contact.php arba vilties.linija@gmail.com
PAGALBOS MOTERIMS LINIJA Budiprofesionalai, savanoriaikonsultantai	8 800 66366	I-VII visą parą	Rašyti el. paštu: pagalba@moteriai.lt

PAGALBOS GALIMYBĖS GYVAI

PAVADINIMAS	TELEFONAS	DARBO LAIKAS	INTERNETINIS PUSLAPIS
Skubipsichologinėpagalbapoliklinikoje Be eilės. Be siuntimo.	Psichikos sveikatos centro registratūros tel.	I-V 7.00 - 20.00 val.	
VAIKO RAIDOS CENTRAS Vaikų ir paauglių krizių intervencijos skyrius	8-5 2757564 8 659 73007 Santariškių g. 7, Vilnius	I-V 8.00- 19.00 (budivisą parą)	www.raidal.lt
KRIZIŲ ĮVEIKIMO CENTRAS Pirmakonsultacija- nemokama	8640 51555 Antakalnio g. 97, Vilnius	I-V 16.00-20.00; VI 12.00-16.00	www.krizesiveikimas.lt
VILNIAUS MIESTO PSICHOLOGINĖ- PEDAGOGINĖ TARNYBA	8-5 265 0912; 8-5 265 0908 A. Vivulskio g. 2a, Vilnius	I-V 8.00-17.00	www.vilniausppt.lt
VŠĮ PARAMOS VAIKAMS CENTRAS	8-5 2715980, 8- 611 43567 Latvių g. 19A, Vilnius	I-V 8.00-17.00	www.pvc.lt
Vilniaus arkivyskupijos CARITAS Dvasinė pagalba.	865502242 Odminų g. 12, Vilnius	-	info@caritas.lt www.vilnius.caritas.lt
Asociacija „Artimiems“ Jeigu nusizudė Jūs artimasis. Savitarpiopagalbos grupės.	-	-	laukiam@artimiems.lt www.artimiems.lt



Skambučiai visais šiais numeriais yra nemokami. Skambučius apmoka LR Socialinės apsaugos ir darbo ministerija

Oamenii care pot ajuta în școală și în comunitate

Partenerii de proiect anexează ajutorul oamenilor lor.

MODULUL 8	Dependențele lumii moderne: droguri și droguri recreative
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Intenția este de a transmite informații despre substanțele psihoactive (în special drogurile recreative)
REZULTATE	La sfârșitul modulului, participanții vor putea: • să facă față situațiilor de presiune colegială • să rezolve conflictele interpersonale mai constructiv • să facă alegeri raționale cu privire la utilizarea diferitelor substanțe psihoactive
METODE	mini-lecție, brainstorming, lucrul în grupuri mici
DURATĂ	carioci, tablă, flipchart, paper, reference materials on psychoactive substances
RESURSE NECESARE	pixuri, tablă albă, flipchart, hârtie, materiale de referință pentru substanțele psihoactive
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Introducere (15 minute) Lectorul împarte participanții în grupuri de 5 sau 6, în funcție de cardurile / dungile colorate primite la intrarea în sală Brainstorming (30 de minute) Lectorul prezintă materiale de referință privind substanțele psihoactive și solicită participanților să sublinieze informațiile pe care le consideră adevărate cu roșu iar pe cele despre care nu sunt siguri, cu verde.
	Discuție publică (20 de minute) • Prezentarea pe scurt a unui documentar despre efectele substanțelor psihoactive asupra corpului (în special la vârsta adolescenței) Discuții, comentarii, concluzii • O mini-lecție despre asertivitate (30 de minute de filme educaționale) Partea 2. Cum să nu fie încadrată, sau bază de asertivitate • O discuție pe tema "Este utilă asertivitatea ... sau nu?" (15 minute)
	Film educațional (1,5 ore) Lectorul împarte participanții în echipe de 5 sau 6 (în funcție de oricare dintre criterii: anotimpul în care s-au născut, felul de pizza preferat sau culoarea ochilor. Sarcina fiecărui grup este de a crea un scenariu pentru un film captivant cu tema prevenirea consumului de droguri. Participanții ar putea alege ce actori ar dori să distribuie în film, în ce spații să se desfășoare etc. Prezentarea publică a scenariilor (30 de minute) Comentarii, concluzii, reflecții. Alegerea celui mai convingător scenariu. Realizați o comedie din scenariul ales. Brainstorming (30 de minute) - "Unde ai putea să găsești un asemenea comic?"
MENTINEREA ELEVILOR ÎN	• Toți participanții vor avea ocazia de a vorbi și de a-și exprima opiniile



SIGURANȚĂ	• Participanții nu sunt expuși atacurilor verbale din partea altor grupuri
EVALUAREA MODULULUI	• Evaluarea se realizează prin interviuri libere (runda finală)
BIBLIOGRAFIE	

MODULUL 9	Descoperă abilitățile, nu dizabilitățile!
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Încurajarea empatiei față de persoanele cu dizabilități.
REZULTATE	Printre chestiunile abordate se numără obstacolele pe care le întâlnesc persoanele cu dizabilități în mediul fizic și social, precum și percepția drepturilor persoanelor cu dizabilități ca fiind drepturi fundamentale ale omului
METODE	Conversația
DURATĂ	50 min
RESURSE NECESARE	Pentru partea întâi: o foaie de hârtie și un instrument de scris pentru fiecare participant; Pentru partea a doua (per pereche): - O pungă de plastic care să conțină o frunză de varză sau de salată, un creion, o bucată de cretă, o frunză (din orice copac), o foaie de hârtie colorată și o sticlă de plastic; - Legături pentru legat la ochi; - O bucată de hârtie și un pix; Pentru partea a patra: - Scaune rulante (câte unul la fiecare opt persoane); - Spațiu în vederea creării unui traseu cu obstacole; - Obstacole (de exemplu: mese, scaune, plăci de lemn, grămezi de zăbrele); - Flipchart și markere; - Cronometru.
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: 5 min O scurtă discuție despre: De ce sunt elevii speriați dacă ar putea să dobândească dizabilități? Care este cel mai surprinzător lucru pe care l-au învățat în timpul activităților? Cunosc pe cineva care are dizabilități? Cum se descurcă aceștia în viața de zi cu zi? Cum reacționează alți oameni la vederea lor? Analizați împreună cu elevii clădirile publice din oraș. Sunt ele accesibilizate? Există semafoare cu avertizare sonoră în oraș? Există marcaje tactile?
	Activitatea 2: 10 min Această activitate este organizată în patru părți: Partea I 1. Explicați faptul că această activitate se va concentra pe trei dizabilități distincte: vâz, surditate și mutism și dizabilități fizice. 2. Rugați participanții să se gândească câteva minute la cum le-ar plăcea și cum nu le-ar plăcea să fie tratați dacă ar avea dizabilități. Rugați-i să noteze câteva cuvinte cheie.



	3. Ulterior rugați participanții să noteze ce anume i-ar înfricoșa cel mai tare dacă ar avea dizabilități. 4. După ce termină, adunați foile de hârtie și spuneți-le să se pregătească să înfrunte realitatea.
	Activitatea 3: 10 min Partea a II-a - Mersul legat la ochi 1. Rugați oamenii să se împartă pe perechi. Înmânați-le legăturile pentru ochi. În fiecare pereche, o persoană va fi persoana cu dizabilități, iar cealaltă ghidul ei. Ghidul este responsabil de siguranța persoanei legate la ochi. Ghizii nu au voie să răspundă decât la întrebări simple, prin da sau nu. 2. Rugați ghizii să facă o plimbare prin școală împreună cu partenerii lor, incluzând aici urcatul și coborâtul scărilor. 3. La întoarcerea în sala de clasă, rugați ghizii să-și conducă partenerii spre un scaun unde vor găsi o geantă. 4. Elevii legați la ochi vor trebui să identifice fiecare obiect din geantă, iar ghizii acestora vor trebui să noteze răspunsurile. 5. Rugați elevii să-și scoată legăturile de la ochi și să povestească experiențele prin care au trecut. 6. Lăsați suficient timp pentru ca elevii să iasă din roluri și treceți la partea a III-a.
	Activitatea 4: 10 min Partea a III-a. Limbajul semnelor 1. Spuneți partenerilor să facă schimb între ei. Ghizii vor deveni persoanele cu dizabilități; de data aceasta, ei nu vor putea vorbi, iar partenerii lor le vor fi asistenți. 2. Împărțiți câte un cartonaș cu întâmplări fiecărei grupe. Persoanele cu dizabilități nu au voie să le arate cartonașele partenerilor. 3. Explicațiile persoanelor cu dizabilități că vor trebui să le explice partenerilor problema. Nu vor avea voie să vorbească, să scrie sau să deseneze. Asistenții vor trebui să noteze ce înțeleg din mesajul primit. 4. În momentul în care persoana cu dizabilități a comunicat tot ce a putut, poate să-i arate cartonașul partenerului ei. Lăsați timp celor doi să discute despre problemele de comunicare pe care le-au întâmpinat. Situația I. Fără a vorbi încercă să-i explici prietenului tău că ai fost victima violenței. Un grup te-a atacat în parc, ți-au furat geanta și te-au bătut. Întreabă unde este cea mai apropiată secție de poliție. Nu ai voie să vorbești, să scrii sau să desenezi. Situația II. Te afli într-o cantină școlară. Explică-i persoanei care te servește că nu poți să mănânci spaghete bolognese pentru că ești vegetarian și 43 nu mănânci carne și nici un alt produs de origine animală (lactate, ouă etc.). Nu ai voie să vorbești, să scrii sau să desenezi.
	Activitatea 5: 10 min



	Partea a IV-a. Cursa scaunelor rulante (opțional) Organizați o cursă a scaunelor rulante pe un traseu cu obstacole. Fiecare participant va face o tură cronometrată. Persoana care obține cel mai bun timp, câștigă.
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	Pregătirea sălii pentru atelierul de lucru astfel încât toți participanții să poată discuta cu ușurință, umbla în voie, forma și reforma grupuri, afișa lucrări pe pereți
EVALUAREA MODULULUI	5 min Discutați în plen pe marginea fiecărei părți a activității. Partea a II-a Rugați ambii membri ai fiecărui grup să împărtășească experiența trăită: - Cum s-au simțit în timpul exercițiului? - Ce li s-a părut cel mai greu? Ce li s-a părut cel mai amuzant? Ce li s-a părut cel mai înfricoșător? - Cât de greu a fost să aibă încredere în celălalt? Cât de greu a fost pentru ghid să se confrunte cu responsabilitatea pe care o are față de celălalt? - Cât de ușor să fost să identifice obiectele din gențile de pe scaune? Care au fost simțurile pe care s-au bazat? A avut cineva curajul să deschidă sticlele și să guste din conținut? Partea a III-a Limbajul semnelor - Cum s-au simțit fiecare în timpul exercițiului? - Ce li s-a părut cel mai greu? Ce li s-a părut cel mai amuzant? Ce li s-a părut cel mai înfricoșător? - A fost frustrant să vadă că partenerul nu îl înțelege? - A fost frustrant sau jenant pentru partener să nu înțeleagă ce i se spune? Partea a IV-a Cursa scaunelor rulante - Cum s-au simțit în postura de persoană cu mobilitate redusă? - Ce li s-a părut cel mai greu? Ce li s-a părut cel mai amuzant? Ce li s-a părut cel mai înfricoșător?
BIBLIOGRAFIE	Ghid de bune practici pentru aplicarea principiului nediscriminării în activitățile didactice

MODULUL 10	„Să fim mai toleranți”
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul general al acestei activități este formarea atitudinilor și a comportamentelor tolerante pentru o bună calitate a vieții.
REZULTATE	La sfârșitul activității, elevii vor fi capabili să: - Definească conceptul “toleranță” - Lucreze în echipe într-un mod constructiv - Realizeze diferența dintre o persoană toleranță și o persoană intolerantă
METODE	Explicația, dezbateră, brainstorming
DURATĂ	50 minute



RESURSE NECESARE	Creioane, creioane colorate, tabla, foi A4, cretă
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: 10 minute - Elevii trebuie să se gândească la o calitate a unui coleg de clasă și apoi să i-o comunice (ex. "Mihai, esti o persoana inteligentă") - Profesorul scrie pe tablă cuvântul "toleranță" și apoi îi întreabă pe elevi ce înseamnă (brainstorming)
	Activitatea 2: 15 minute - Profesorul le propune elevilor să vizioneze un film numit "Poveste despre Toleranță" - După 5 minute, profesorul adresează clasei următoarele întrebări: 1. Ce s-a întâmplat în film? 2. Ce înseamnă să fii "tolerant"? 3. Ce ați învățat din acest film? 4. Cum ar trebui să ne purtăm cu colegii?
	Activitatea 3: 25 minute - Profesorul le propune elevilor să formeze grupuri de câte 4 elevi, apoi să facă împreună un slogan despre toleranță, urmând ca la final fiecare echipă să-l prezinte și celorlalți colegi.
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	- Fiecare elev va participa la activitate - Fiecare elev va primi materialele necesare pentru activitate.
EVALUAREA MODULULUI	- Elevii trebuie să găsească un sinonim pentru cuvântul "toleranță", apoi să spună o concluzie a acestei activități.
BIBLIOGRAFIE	Andrei Barna (coord), "Îndrumător metodic pentru practica pedagogică", Editura Europlus, Galati, 2006.

MODULUL 11	Te provoc să fii diferit
OBIECTIVE GENERALE	Elevii vor învăța despre discriminare și vor avea ocazia „să îndrăznească să fie diferiți” modificându-și înfățișarea pentru o zi.
COMPETENȚE SPECIFICE	La sfârșitul modulului participanții vor fi capabili să: • relaționeze, utilizând propriile experiențe, cu oameni care au fost discriminați din prisma înfățișării lor • explice legăturile dintre judecăți și discriminare
METODE	Experiment psiho-pedagogic, harta conceptuală,
DURATĂ	3 zile
RESURSE	tablă și carioci; o varietate de obiecte bizare vestimentare, costume și accesorii;
DESFAȘURAREA ACTIVITĂȚILOR	Activitate – prima zi- min – 30 Trainerul cere participanților (la nevoie divizați în grupuri mai mici) să se gândească la judecăți de valoare și discriminare. Utilizând o hartă conceptuală și tabla, discută cu elevii modurile prin care suntem diferiți unii de ceilalți și prin ce suntem la fel. (Ghidează elevii să categorizeze diferențele găsite în funcție de etnie, religie, gen și stil de viață)



	Trainerul poate adresa întrebări suplimentare: - Gândește-te la o situație în care ai fost tratat diferit. Ce a fost diferit la tine? Cum s-au comportat ceilalți? Cum te-ai simțit? - Cum îi tratează o persoană care a fost discriminată pe ceilalți?
	Activitate- ziua a doua: întreaga zi de școală • Elevii sunt informați că vor participa la un experiment social. Își vor schimba înfățișarea utilizând obiecte vestimentare, peruci, accesorii etc.. Sunt anunțați că vor putea rămâne astfel îmbrăcați întreaga zi. (20 de min) • Elevii sunt monitorizați pe parcursul zilei și se culeg date
	Activitate- ziua a treia: 1h După experiment, elevii sunt rugați să scrie despre ziua respectivă. Ei sunt încurajați să scrie despre cum s-au simțit, remarcile pe care le-au auzit, cum a fost... greu/ușor etc. elevii sunt a doua zi invitați să își împărtășească experiențele cu ceilalți colegi. Această lecție poate fi continuată cu activități care să arate conexiunile dintre experiențele lor cu prejudecățile și situații din viața reală care apar zilnic în jurul lor.
SIGURANȚA PARTICIPANȚILOR	• Se recomandă ca accesul la activitate să fie facilitat pentru toată lumea • Se recomandă utilizarea unui spațiu/sală suficient de mare pentru a permite elevilor libera mișcare
EVALUAREA MODULUI	• Îndrumătorul solicită participanților să completeze un chestionar 15 min
REFERINȚE	https://humaneeducation.org/blog/2014/6-activities-exploring-prejudice-discrimination/

MODULUL 12	Exact așa cum ești- discriminare versus toleranță
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul principal al activității este dezvoltarea abilităților de relaționare interpersonală în contexte diferite.
REZULTATE	La finalul activității participanții vor fi capabili să: • Înțeleagă concepte precum “ acceptare”, “discriminare”, “ toleranță”. • Să analizeze consecințele comportamentului de discriminare. • Să identifice valori, atitudini ce se circumscriu toleranței, acceptării.
METODE	Explicația, brainstorming, poveste terapeutică, dezbateri.
DURATĂ	50 minute
RESURSE NECESARE	Creioane, creioane colorate, tablă, flipchart, coli de hârtie, markere.
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1: 10 MIN • Cinci voluntari sunt rugați să vină în fața clasei. Profesorul scrie pe bilețele de hârtie diferite cuvinte care reprezintă stereotipuri sau prejudecăți(musulman, femeie, țigan, avocat, bătrân, persoană cu dizabilități) și lipește bilețelele pe spatele voluntarilor. Aceștia, vor fi rugați să ghicească, după reacțiile clasei, cuvintele scrise pe bilețelele de pe spatele lor.



	• Profesorul adresează următoarele întrebări: - Cum te-ai simțit să fii evaluat / judecat de ceilalți? - Cum te-ai simțit știind că cineva și-a format o părere despre tine pe baza unui singur cuvânt? - Ți s-a întâmplat să faci și tu la fel?
	Activitatea 2: 20 MIN • Profesorul va citi o poveste- Pancinello, ești special, de Max Lucado. • După lecturarea poveștii, profesorul adresează întrebări elevilor: - Ce reprezentau stelutele aurii și etichetele negre? - De ce credeți că ceilalți se purtau așa cu Pancinello? Ați fost vreodată în această situație? -Recunoașteți astfel de atitudini și comportamente în jurul vostru? - Ce sfat a oferit Eli? - Cât de importantă credeți că este opinia celorlalți despre noi? • Profesorul prezintă, notează pe tablă și analizează împreună cu elevii concepte precum “stereotip”, “prejudecată”, “discriminare”. Participanții vor fi rugați să identifice diferite situații în care se manifestă discriminarea și, cu ajutorul profesorului, să numească și să analizeze principalele cauze ale acestui tip de atitudine față de ceilalți.
	Activitatea 3: 20 MIN • Profesorul notează cuvântul “toleranță” iar elevii sunt rugați, în cadrul unei sesiuni de brainstorming, să identifice cât mai multe valori, atitudini, comportamente ce se circumscriu noțiunii de toleranță. • Participanții vor fi implicați în activitatea “Dacă toleranța ar fi.....”, fiind rugați să asocieze conceptul de toleranță cu o culoare, o emoție, un personaj, un animal. • Participanții vor forma grupe, fiecare grupă având de realizat un colaj-Regulile toleranței și ale acceptării.
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură că toți participanții au acces la activitățile desfășurate și metodele folosite sunt adaptate specificului lor. • Toți elevii au primit materialele de lucru.
EVALUAREA MODULULUI	• Participanții sunt rugați să noteze pe un bilețel un lucru pe care l-au învățat, un lucru care le-a plăcut și o emoție pe care au resimțit-o pe parcursul activității.
BIBLIOGRAFIE	Rosenberg Marshall,(2005), Cresterea copiilor in spiritul comunicarii nonviolente, Bucuresti, Editura Elena Francisc Publishing

Anexa 1

Pancinello- ești special

Locuitorii din Wemmik, eroii povestirii noastre, erau niște omuleți mici, din lemn, ciopliți toți de un tâmplar pe nume Eli. Acesta își avea atelierul pe un deal, de la a cărui înălțime se vedea întreg satul.

Fiecare omuleț era altfel. Unii aveau nasul mare, alții aveau ochii mari.



Unii erau înalți, alții erau scunzi. Unii purtau pălărie, alții purtau costum. Însă două lucruri le erau comune: toți erau făcuți de același tâmplar și trăiau în același sat. De dimineața până seara, zi de zi, omuleții făceau un singur lucru: lipeau etichete unul pe celălalt.

Fiecare omuleț avea o cutie plină cu steluțe aurii și o cutie plină cu bulinuțe negre. Cât era ziua de lungă îi vedeai pe străzile satului lipind steluțe sau buline unul pe celălalt. Omuleții drăguți, din lemn lustruit și frumos vopsiți întotdeauna primeau steluțe, dar aceia din lemn necizelat, cu vopsea sărită, nu primeau decât buline.

Tot steluțe primeau și cei talentați unii; puteau ridica greutatea deasupra capului, alții puteau sări peste cutii înalte.

Mai erau unii care știau cuvinte dificile, iar alții care cântau cântece frumoase. Acestora toată lumea le dădea steluțe aurii. Așa se face că unii omuleți aveau trupul plin de steluțe.

Ori de câte ori primeau câte o steluță se simțeau atât de bine încât își doreau să mai facă ceva ca să poată primi încă una.

Alții însă nu știau să facă prea multe lucruri și aveau parte doar de buline. Pancinello era unul dintre aceștia din urma.

Tot timpul încerca să sară cât mai sus, ca alții dar întotdeauna cădea la pământ. Iar când ceilalți îl vedeau jos se adunau buluc în jurul lui și lipeau buline pe el.

De multe ori se mai și zgăria în cădere, lucru pentru care mai primea buline negre. Iar după aceea când încerca să le explice omuleților de ce căzuse mereu spunea câte o neghiobie și toți se îngrămădeau să lipeascăși mai multe buline pe el.

După un timp avea atât de multe încât nu mai vroia să iasă pe stradă, se temea că va face iar ceva anapoda: cine știe, o să-și uite pălăria sau o să calce într-o baltă... și imediat o să primească bulinute!!!

Adevărul este că avea atât de multe buline încât ceilalți omuleți veneau și îi lipeau altele fără nici un motiv.

– Merită mulțimea asta de buline negre, își spuneau omuleții unii altora.

– Este clar că nu e bun de nimic!

După un timp Pancinello a ajuns să creadă ce se spunea despre el: „Așa este, nu sunt bun de nimic!”, își spunea el.

În rarele dăți când ieșea din casă stătea cu cei care erau ca el, cu multe buline. Cu ei se simțea mai în largul lui.

Într-o zi, se întâlnește cu un omuleț total diferit de ceilalți: nu avea nici steluțe, nici buline. Era din lemn și atât. Era o fată pe nume Lucia.

Să nu credeți că oamenii nu încercau să lipească etichete și pe ea! Încercau numai că nu rămâneau lipite ci cădeau.

Fiindcă nu avea nici o bulină unii o admirau atât de mult încât se grăbeau să-i lipească o steluță.

Dar nici una nu stătea lipită. Alții însă o priveau cu dispreț fiindcă nu avea nici o stea și atunci vroiau să îi lipească o bulină dar și aceasta cădea imediat.



- Ca ea vreau sa fiu! îi trecu prin minte lui Pancinello. Nu mai vreau să primesc etichete de la ceilalți!
- Așa că o întrebă pe Lucia cum se face ca ea nu are nici o etichetă.
- Nu este mare lucru, îi răspunse ea. În fiecare zi mă duc să îl văd pe Eli.
- Pe Eli?
- Da, pe Eli, tâmplarul, îmi place s- stau cu el în atelier.
- Dar de ce?
- Ce ar fi sa descoperi singur? Du-te la el sus pe deal! Și cu aceste cuvinte, Lucia se întoarce și plecă.
- Dar crezi că-i va face plăcere să mă vadă?!?, striga el dupa ea.
- Însă Lucia nu-l mai auzi. Așa că Pancinello se întoarce acasă, se așează la fereastră și începu să se uite cum alergau omuleții de colo-colo, lipindu-și etichetele unul pe celălalt.
- Dar nu este drept!, își spuse el supărat. Și pe loc se hotărî să meargă la Eli.
- Se îndreptă spre deal și urcă pe cărarea strâmtă până ce ajunse în vârf. Când intră în atelier, făcu ochii mari de uimire. Toate obiectele erau URIAȘE. Scaunul era cât el de înalt. Ca să vadă ce se afla pe bancul de lucru trebui să se ridice pe vârfuri. Ciocanul era lung cât brațul lui! Înghiți în sec și își zise:
- Eu aici nu rămân!, și se îndreptă spre ieșire. Dar chiar atunci își auzi numele:
- Pancinello, tu ești?, se auzi un glas pătrunzător. Cât mă bucur să te văd, Pancinello! Vino mai aproape, vreau să te văd mai bine!
- Pancinello se întoarce încet și îl privi pe meșterul tâmplar, un bărbat înalt, cu o barbă stufoasă.
- Știi cum mă cheamă?, îl întrebă Pancinello.
- Bineînțeles că știi, doar eu te-am creat! Eli se plecă, îl ridică de jos și îl așează lângă el pe bancă. Hmm... Se pare că ai adunat ceva etichete...
- Nu am vrut, Eli! Am încercat din rășputeri să fiu bun!
- Pancinello, copilul meu, în fața mea nu este nevoie să te aperi! Mie nu-mi pasă ce spun ceilalți despre tine!
- Chiar nu-ți pasă?
- Nu, și nici ție nu ar trebui să-ți pese! Cine sunt ei – să împartă etichete bune sau rele? Și ei sunt tot omuleți de lemn ca tine. Nu contează ce gândesc ei, Pancinello. Contează doar ceea ce gândesc eu, iar eu cred că ești o persoană tare deosebită!
- Pancinello începu să râdă:
- Eu, deosebit? De ce aș fi deosebit? Nu pot să merg repede, nu pot să sar, vopsea mi se duce. De ce aș însemna ceva pentru tine?
- Eli se uită la Pancinello, își puse mâna pe umărul lui micuț și spuse încet:
- Fiindcă ești al meu, de aceea însemni foarte mult pentru mine!
- Nimeni... niciodată... nu-l mai privise astfel pe Pancinello... și în plus, cel care-l privea astfel era chiar creatorul lui! Nici nu mai avea cuvinte...
- În fiecare zi am sperat că vei veni la mine, continuă apoi Eli.
- Am venit fiindcă m-am întâlnit cu cineva care nu avea nici un fel de etichete, răspunse Pancinello.



- Știu, mi-a povestit despre tine.
 - De ea de ce nu se prind etichetele?
 - Fiindcă a hotărât că este mai important ce gândesc eu despre ea, decât ce gândesc alții. Etichetele se lipesc de tine doar dacă le lași!
 - Cum adică?
 - Etichetele se lipesc doar dacă le consideri importante. Dar cu cât te încrezi mai mult în dragostea mea, cu atât mai puțin îți pasă de etichetele pe care ți le pun ceilalți oameni. Înțelegi?
 - Păi, nu prea...
 - Vei înțelege cu timpul. Acum ești încă plin de buline negre. Deocamdată îți va fi de ajuns să vii la mine în fiecare zi, iar eu îți voi aduce aminte cât de important ești pentru mine.
- Eli îl puse jos pe Pancinello. În timp ce acesta se îndreptă spre ușă, Eli îi spuse:
- Nu uita, ești o persoană deosebită fiindcă eu te-am creat! Iar eu nu greșesc niciodată!
- Pancinello nu se opri din mers, dar gândi: “Cred ca Eli chiar vorbește serios. Poate are dreptate!”
- Și chiar în clipa aceea căzu de pe el o bulină...

MODULUL 13	“Drumul către Tărâmul Egalității”
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Scopul activității este cel de a le trage atenția elevilor la stereotipurile, prejudecățile și discriminarea cu care se confruntă și să găsească soluții pentru a le combate.
REZULTATE	La sfârșitul activității elevii vor fi capabili să: • Înțeleagă concepte ca “stereotip”, “prejudecată”, “discriminare”, “toleranță”. • Relaționeze mai bine cu ceilalți. • Să fie conștienți de demnitatea umană, egalitatea în drepturi și în oportunități.
METODE	Explicația, demonstrația, jocul didactic, dezbateră.
DURATĂ	50 de minute
RESURSE NECESARE	pixuri, creioane colorate, tablă, flipchart, hârtie A4, markere.
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Activitatea 1:10 min • Fiecare participant primește un creion colorat. 1. Prima sarcină este să găsească pe cineva din clasă care are un creion colorat similar sau apropiat cu al lui și să identifice cât mai multe caracteristici similare, hobbyuri, etc. pe care le au în comun. 2. A doua sarcină este să găsească pe cineva din clasă care are un creion colorat cât mai diferit de al lui și să identifice cât mai multe caracteristici, hobbyuri diferite, etc. pe care le au. • Profesorul pune următoarele întrebări: - Care este concluzia voastră după acest joc?



	- Cum vă simțiți acum că știți că în clasa voastră există persoane cu care aveți atât de multe asemănări? - Cum vă simțiți acum că știți că în clasa voastră există persoane atât de diferite de voi? - Care sunt caracteristicile comune clasei?
	Activitatea 2: 20 min • 6-8 voluntari sunt rugați să vină în fața clasei. Profesorul alege un cuvânt care reprezintă un stereotip sau o prejudecată (ex. musulman, femeie, blondă, țigan, avocat, bătrân, homosexual, persoană cu dizabilități) și roagă fiecare voluntar să deseneze o reprezentare a acestuia pe o hârtie timp de 1 minut. Ceilalți trebuie să ghicească ce cuvânt a fost desenat și voluntarul îl notează pe hârtie. • Profesorul adresează întrebări adiționale celor care au desenat: - Care a fost primul lucru care v-a venit în minte când ați auzit cuvântul pe care a trebuit să-l desenați? - De ce credeți că v-a venit acest lucru în minte prima dată? - L-ați fi putut reprezenta altfel? • Profesorul explică și discută cu elevii concepte ca “stereotip”, “prejudecată”, “discriminare”. stereotip => prejudecată => discriminare idee => emoție => acțiune
	Activitatea 3: 20 min • Profesorul explică și discută cu participanții despre “toleranță”, caută soluții pentru combaterea stereotipurilor, prejudecăților și discriminării. • Elevii sunt împărțiți în 6-8 grupuri. Ei trebuie să deseneze o hartă imaginară a Drumului către Tărâmul Egalității. Ei vor inventa o poveste despre cum pot să ajungă pe acest tărâm, ce obstacole trebuie să înfrunte și cum poate fiecare să atingă acest tărâm, indiferent de rasa, etnie, dizabilitate, orientare sexual, credințe. Ei vor trebuie să prezinte harta celorlalți colegi, să explice simbolurile din desen și să ofere soluții pentru combaterea stereotipurilor, prejudecăților și discriminării.
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Se asigură accesibilitatea la activități tuturor participanților. • Se asigură ca încăperea este suficient de mare pentru ca profesorul să se miște în voie. • Toții elevii să aibă materialele necesare.
EVALUAREA MODULULUI	• Participanții exprimă un cuvânt, emoție, concluzie cu care pleacă de la activitate.
BIBLIOGRAFIE	Băiașu, A.G., Lazăr, M., et. al. <i>Tineri fără etichete</i> . Constanța: Eea Grants, 2015.

MODULUL 14:	Diferiți, dar împreună!
OBIECTIVE GENERALE	Obiectivul general al activității este conștientizarea fenomenului de discriminare.



COMPETENȚE SPECIFICE	La finalizarea modulului, participanții vor fi capabili să: - definească termenii; diversitate, unicitate, discriminare - înțeleagă diferențele dintre oameni - conștientizeze avantajele diversității - evalueze consecințele discriminării - exerseze exprimarea propriilor emoțiilor
METODE:	Exercițiul, jocul de rol, instruirea asistată de calculator, conversația, dezbateră.
DURATĂ	50 minute
RESURSE	Farfurii de hârtie, foarfece, șnururi, culori colorate, laptop, videoproiector, conexiune Internet
DEȘFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII	Activitatea 1 - Mascarea diferențelor: 10-15 min ✓ În prima etapă a acestui exercițiu, participanții primesc câte o farfurie de hârtie cu găuri decupate în dreptul ochilor și un șnur cu care să o lege pe post de mască. Copiii își pun măștile și se plimbă prin încăperea fără să vorbească. (3 min) ✓ În a doua etapă a exercițiului, participanții sunt rugați să-și personalizeze măștile, folosind culori pentru a le decora conform preferințelor. Din nou, își pun măștile și se plimbă prin încăperea fără să vorbească. (3 min) ✓ După terminarea exercițiului are loc o discuție privind diferența dintre cele două situații. Consilierul încurajează exprimarea senzațiilor, emoțiilor, reflecțiilor din timpul exercițiului prin intermediul întrebărilor: - Cum v-ați simțit în timpul exercițiului? - Cum a fost atunci când toți arătam la fel? - Care situație a fost mai plăcută? - De ce?
	Activitatea 2: Un experiment celebru 15 min ✓ Participanții vor urmări experimentul O clasă divizată (13 min) ✓ După vizionare se va discuta experimentul ✓ Dezbateră asupra discriminării.
	Activitatea 3: imaginați-vă... 30 min ✓ Copii în perechi sau grupuri de câte 3, primesc cartonașe cu diferite cuvinte care exprima categorii de persoane mai des discriminate: femeie/bărbat, homosexual, negru, maghiar, evreu, rrom, persoană cu dizabilitate, bătrân etc ✓ Sunt rugați să construiască situații în care pot fi discriminați. ✓ Fiecare pereche/grup își va prezenta situația creată sub formă de joc de rol. ✓ Se discută fiecare caz în parte, cu ajutorul întrebărilor: - Cum s-au simțit în rolul jucat? - Ce au observat colegii? - Ce puteau face pentru a preveni situația de discriminare? Se discută fiecare tip de discriminare în parte: misoginism/misandrim,



	homofobie, rasism, xenofobism, antisemitism, antițigănist, disabilism/ableism, discriminare bătrâni etc.
MENTȚINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Asigurați-vă că accesul la activitate este permis tuturor celor implicați; • Asigurați-vă că aveți suficient spațiu în sală pentru activitățile propuse; • Asigurați-vă că aparatele tehnice funcționează corespunzător; • Asigurați-vă că puteți aranja spațiul corespunzător obiectivelor propuse.
EVALUAREA MODULULUI	• Toți participanții sunt rugați să completeze chestionare de evaluare finală a modului (15 min)
REFERINȚE:	http://www.actored.ro/file_comp/documente/ActorED_Ghid_de_bune_practici.pdf http://www.ehow.com/list_5912498_children_s-gamesteach-anti_discrimination.html Experimentul O clasă divizată https://www.youtube.com/watch?v=onKVeZaDzWg&t=14s

MODULUL 15	Atelier psihoeducațional: "care este potențialul copilului meu?"
SCOP GENERAL (SCOPURI)	Creșterea eficacității acțiunilor părinților pentru a susține rezistența psihologică a copilului lor
REZULTATE	La sfârșitul modulului participanții vor putea: • să înțeleagă mai bine nevoile copiilor lor și să perceapă potențialul copilului • să formuleze aprecierea și feedback-ului de întărire față de copilul lor
METODE	Muncă individuală, munca într-un grup mic, comentariile trainer-ului
DURATĂ	Prima întâlnire - 1,5 h A doua întâlnire - 1,5 h
RESURSE NECESARE	Pixuri, flipchart, creioane colorate, carduri colorate (verde, albastru, galben și roșu), materiale de învățare - anexele 1 și 2
ORDINEA ACTIVITĂȚILOR	Acțiunea 1: Punctul de vedere din perspectiva... în dezvoltare - 60 min Introducere: "La un moment dat cu toți am fost copii, apoi adolescenți. Ceva dintre acești adolescenți este cu siguranță încă în noi ... Cu toate acestea, un adolescent privește lumea într-un mod diferit față de persoanele adulte. Merită comparate aceste două perspective. De aceea, astăzi vă invit să faceți un anumit exercițiu special. Să ne împărțim în 4 subgrupe, mai mult sau mai puțin egale. Am în mână mai multe carduri, numărul lor fiind același ca numărul tuturor celor din cameră. Cardurile sunt verde, albastru, galben și roșu. Acum voi trece printre voi și vă voi cere să alegeți o anumită culoare ... Exercițiu: Acum voi cere grupurilor "roșii" și "verzi" să încerce să "se pună în pantofii adolescenților" cât mai intens posibil - să vadă, să simtă și să experimenteze lumea așa cum un adolescent vede, simte și trăiește ... în funcție de categorii cum ar fi: timpul, îndatoririle / plăcerile, riscul, viața / sănătatea (trainer-ul poate scrie categoriile pe tablă). Discutați și lăsați fiecare grup să deseneze o perspectivă a adolescentului pe foaia de flipchart, sub formă



	simbolică ... Grupurile "albastre" și "galbene" sunt rugate să încerce să vadă și să experimenteze lumea din perspectiva unui adult ... Ce pare a fi caracteristic modului în care un adult trăiește în lume? De asemenea, trebuie să țineți cont de categorii precum: timpul, îndatoririle / plăcerile, riscul, viața / sănătatea. Discutați între membrii grupului dvs. și lăsați fiecare grup să deseneze perspectiva unui adult asupra foii de flipchart, sub formă simbolică ... " Apoi, grupurile individuale își prezintă lucrările și își împărtășesc gândurile. Concluzie: "După ce ați examinat aceste lucrări și ați ascultat comentariile tuturor grupurilor, care sunt reflecțiile voastre? Dacă este așa cum ați spus, cum putem „construi o punte” între aceste perspective diferite? "Ce facilitează „construirea punții”? Și ce o face mai dificilă?"
	Acțiunea 2: Copilul meu - ce este înăuntru? - 30 minute Introducere: "Acum vă voi invita în lumea experiențelor și credințelor copilului dumneavoastră. În ce măsură știm ce este în sufletul ei\lui ...? Acum, fiecare dintre voi va primi o listă de întrebări. Vă rugăm să nu vă gândiți prea mult ci să scrieți răspunsurile ... Nu vom împărtăși aceste note cu nimeni altcineva în forum, ele sunt doar pentru uzul dvs. ... " Lista de întrebări: • 1. Ce îi place cel mai mult copilul tău? • 2. De ce îi e frică cel mai mult copilului tău? • 3. Ce îl întristează cel mai mult pe copilul tău? • 4. Ce îl deranjează cel mai mult pe copilul tău? • 5. Care sunt cele mai mari vise ale copilului tău? Temă: "Vă sugerăm să discutați cu copiii dvs. în curând și să vă comparați notele cu răspunsurile reale oferite de copiii dumneavoastră. Mă întreb în ce măsură răspunsurile dvs. la aceste întrebări coincid cu răspunsurile copiilor dvs. ... "
	A doua întâlnire cu părinții - Uită-te în partea strălucitoare Acțiunea 3 - Triumful afluenței - 30 min Introducere: "În viața de zi cu zi ne aflăm mereu pe fugă, „stingem focul” în diferite situații de conflict, luăm decizii rapid, deseori scuturăm emoțiile legate de situațiile stresante care rezultă din relațiile cu copiii noștri adolescenți. În acest demers și sub influența emoțiilor puternice, precum și în confruntarea cu ei, adesea pierdem din vedere situații, comportamente, pe care le prețuim, le respectăm și le simțim la copiii noștri. Astăzi, vă invităm la o scurtă călătorie pentru a căuta potențialul copiilor dvs. ... " Exercițiu: "Rememorați diferite situații din viața de familie, în special cele în care copilul dumneavoastră participă. Pot include, de asemenea, situații din afara casei, dar în care tu și copilul tău participați. Lăsați aceste situații să vină în minte, ca un film. Dacă, în timp ce le rememorați veți găsi situații neplăcute, încercați să întunecați imaginea în mod mental și să mergeți la următoarea situație... Lăsați expuse numai acele situații care sunt plăcute la vedere, care



	sunt plăcute pentru tine ... Folosind momentele amintite din viața de familie, încercați să completați "Triunghiul afluenței" - anexa 1 " În a doua parte a exercițiului, trainer-ul îi înmânează fiecărui părinte un card cu trei informații - mesaje: "Ceea ce admir la copilul meu" (astfel de cărți sunt pregătite de trainer înainte de curs). Antrenorul poate atrage atenția părinților asupra faptului că aceste carduri pot fi o completare excelentă a triunghiului din secțiunea: Ce aprecieză alte persoane la copilul meu? Acțiunea 4 – O mână de.... încurajare - 30 min • "Folosind exercițiul anterior - triunghiul de afluență, desenați o mână, scriind pe fiecare deget un punct puternic al copilului care domină în acest moment ..." • "În centrul mâinii scrieți un lucru - acțiune, comportament, caracteristică care vă ajută copilul să fie fericit ..." • "Aprecierea este un element de sprijin pe care toată lumea are nevoie. Sub mână scrieți o notă de apreciere pe care ați dori să o repetați copilului dvs. după ce v-ați întors acasă ... " Acțiunea 5 - Rezumat -30 min "În cele din urmă, să vorbim despre ceea ce a fost ușor și ce a fost dificil în exercițiile propuse ... Care sunt reflecțiile tale asupra "triunghiului Afluenței" și a "Mâinii de încurajare" față de copilul tău? ... Cui vrei să împărtășești această experiență cu?"
MENTINEREA ELEVILOR ÎN SIGURANȚĂ	• Membrii grupului se angajează să adere la principiul secretului: Ce s-a spus în cadrul grupului - rămâne în cadrul grupului. • Membrii grupului se angajează să accepte opinii diferite, să se abțină de la judecăți.
EVALUAREA MODULULUI	• Concluziile participanților: "Care sunt beneficiile acestor întâlniri?"
BIBLIOGRAFIE	

Anexa 1

CE ÎMI PLACE SĂ FAC ÎMPREUNĂ CU
COPILUL MEU?



CARE DINTRE
COMPORTAMENTELE
COPILULUI MEU ÎMI PLAC?

CE APRECIEAZĂ ALTE
PERSOANE LA COPILUL
MEU ?

Anexa 2

