



Fii COPIL cu visul tău!

fișă de lucru
pentru elevii care doresc
să își identifice și să își realizeze visurile

MESAJ PENTRU CADRELE DIDACTICE

Salut!

Primești acest instrument de lucru din partea comunității de Dream Management din România.

Noi suntem un grup de oameni care:

- Învățăm împreună despre știința realizării visurilor,
- Vorbim deschis despre visurile noastre,
- Ne ajutăm unii pe alții să ni le realizăm.



DE CE PRIMEȘTI GRATUIT ACEASTĂ FIȘĂ DE LUCRU?

Această fișă de lucru este construită pentru a stimula gândirea orientată spre viitor, care are trei funcții importante:

- Ajută elevii să exploreze mental viitorul, prin vizualizarea posibilităților sale,
- Ajută elevii să creeze viitorul, prin faptul că își organizează și canalizează eforturile,
- Ajută elevii să se concentreze asupra unor obiective specifice.

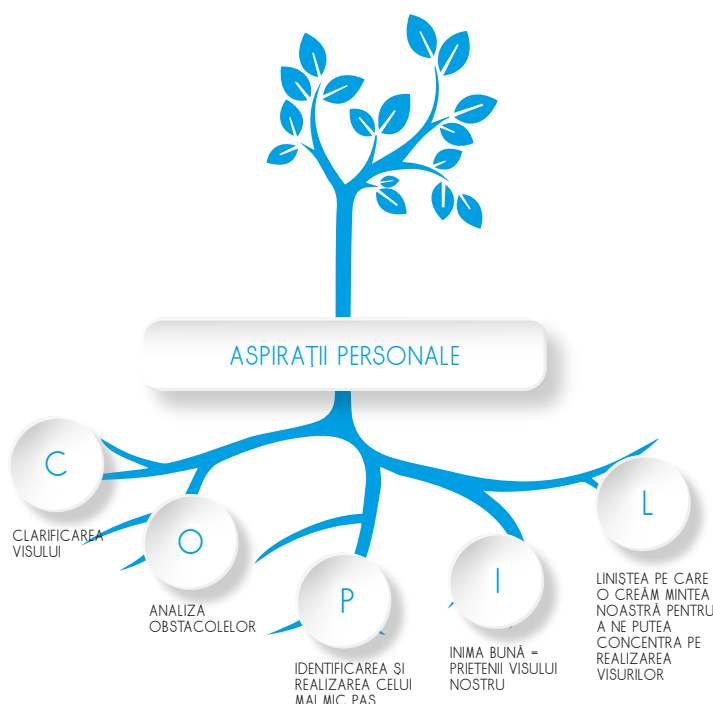
“Care e visul tău?” este cea mai importantă întrebare din lume pentru un copil sau un adolescent, pentru că toate lucrurile importante încep cu un vis. Dar din păcate această întrebare li se adresează mult prea rar. Noi credem că visurile sunt forța motivațională cea mai înaltă, care ar trebui să stea la baza procesului educațional. Dorim ca toți elevii din România să își cunoască visurile și să facă pași în direcția realizării lor. Explicăm un pic mai multe în acest video.

CUM FOLOSEȘTI ACEASTĂ FIȘĂ DE LUCRU?

Fișa de lucru conține câteva întrebări cheie, pentru a-i ajuta pe elevi să își identifice visul și să facă pași spre realizarea lui. Poți să o utilizezi la începutul anului școlar, pentru a afla ce-i motivează cel mai mult. Pe parcursul anului școlar poți folosi această informație pentru a le stimula interesul / curiozitatea / motivația și poate chiar pentru a-i pune în contact cu resurse. La finalul anului școlar poți avea o discuție în care analizați progresul pe care elevii l-au făcut în direcția visurilor lor. Unii profesori doresc să utilizeze această fișă de lucru atunci când elevii încep un ciclu școlar (ex. clasa a cincea) și să aibă discuția de final atunci când ei termină ciclul școlar respectiv (ex. clasa a opta). Te rugăm să utilizezi această fișă de lucru după cum crezi tu că e mai bine pentru elevii tăi. Înainte de a o folosi, te rugăm să explici copiilor acronimul COPIL.

DESPRE ACRONIMUL COPIL

COPIL este metoda de management al visurilor dezvoltată de Mirela Oprea, inițiatoarea mișcării de Dream Management din România. COPIL este o metodă bazată pe evidențe științifice și se referă la cinci etape importante în identificarea și realizarea unui vis: Clarificarea, Analiza obstacolelor, Pasul cel mai mic, Inimă bună (adică prietenii visului nostru), Linia pe care o creăm în mintea noastră pentru a ne putea concentra pe realizarea visurilor. Mirela organizează periodic ateliere online în cadrul cărora explică metoda COPIL. Dacă dorești o prezentare sau un curs pentru școala ta, te rugăm să o contactezi la adresa: mirela@mirelaoprea.com. Mai multe informații: www.mirelaoprea.com.



CE FACI CU INFORMAȚIILE OBTINUTE?

Poți folosi informațiile obținute pentru a susține performanța școlară a elevilor și pentru dezvoltarea lor personală. Astfel, poți să:

- Îi încurajezi pe elevi în direcția visurilor lor,
- Le explici cum elementele pe care le predai la clasă le pot fi folosite pentru realizarea visurilor,
- Îi sfătuiești cu privire la resurse educaționale și de altă natură care pot fi accesate pentru ca ei să își realizeze visurile,
- Îi încurajezi să vorbească despre visurile lor cu părinții și alte persoane care ar putea să îi ajute.

Ți-am fi recunoscători dacă ai împărtăși cu noi experiențele care se vor genera, pentru că dorim să realizăm o cercetare de nivel național cu privire la visurile elevilor din România. Informațiile pe care ni le vei furniza ne vor ajuta în procesul construirii ipotezelor acestei cercetări. Dacă vrei să contribui, te rugăm să trimiți un email la adresa: mirela@mirelaoprea.com.

ECHIPA CARE A CREAT ACEASTĂ FIȘĂ DE LUCRU

REALIZATOR



Mirela Oprea este autor, fondator al mișcării de Dream Management din Romania, coach certificat, doctor în dezvoltare internațională și psihoterapeut în formare. Mai multe informații: www.mirelaoprea.com

ȘLEFUITOR



Steluța Peleașă este master în sănătate ocupațională & performanța resursei umane și în publicitate & reclamă. Principala arie de interes profesional vizează consilierea educațională și în carieră. Coordonează două platforme online: www.pemeserie.ro și www.parentingromania.ro.

ȘLEFUITOR



Cosmina Mironov este conferențiar doctor la Facultatea de Psihologie și Științele Educației, Universitatea din București, co-fondator al Comunității și Centrului Educație pentru Știință, cu interese profesionale în educația adulților, dezvoltarea carierei și a sistemelor de profesionalizare a carierelor.

TESTARE



Dorina Opran este dublă licențiată în științele educației (Universitatea din București și Via University College din Danemarca), masterandă în „Învățare, inovare și coaching în educație” și profesor în învățământul primar.

TESTARE



Lucia Negru Boghină este master în consiliere școlară și dezvoltarea carierei, activând în domeniul consilierii și orientării în carieră a adulților și al consultanței pentru profesori. Este o persoană în continuă dezvoltare, care caută răspunsuri autentice la nevoile sale și ale celor din jur.



Fii COPIL cu visul tău!

fișă de lucru pentru elevii cu aspirații mari și mici

1 Iată o primă întrebare pentru tine: Ce îți place să faci în timpul tău liber?

2 Imaginează-ți că ai putea să faci sau să ai absolut orice. Ce ți-ai dori să faci sau să ai? Scrie mai jos oricâte dorințe: 3, 5, 10, 20 sau chiar mai multe.

3 Dintre dorințele de mai sus, care e cea mai importantă pentru tine?

4 În spațiul de mai jos descrie această dorință a ta cu cât mai multe detalii. Cum îți imaginezi că va fi viața ta atunci când acest vis va fi realizat?

5 Ce ar putea să îți stea în cale în îndeplinirea visului tău? Indică minim 2-3 dificultăți sau obstacole.

6 Care ar putea să fie soluțiile în relație cu dificultățile sau obstacolele pe care le-ai menționat anterior?

7 Cine ar putea să te ajute să depășești aceste obstacole și să realizezi acest vis? Imaginează-ți că poți să ceri ajutorul oricui. Cui ai cere ajutorul?

8 Care e un pas mic - mic pe care ai putea să îl faci pentru realizarea visului tău? Gândește-te la ceva ce ai putea să faci azi sau în următoarele câteva zile.

9 Ce ai putea să-ți spui pentru a te încuraja pe calea realizării visului tău?

10 Mai vrei să spui ceva despre visul tău?

