



CINE SUNT EU?

Numele și prenumele: _____

Școala: _____

Clasa: _____

Data: _____

Completează următoarele fraze:

1. Oamenii de care îmi pasă cel mai mult sunt.....

.....

2. Mă simt mândru de mine pentru că.....

.....

3. Oamenii pe care îi admir cel mai mult sunt.....

.....

4. Îmi place mult să.....

.....

5. Unul dintre cele mai bune lucruri făcute de mine este.....

.....

6. Mi-ar plăcea să devin.....

.....

7. Îmi propun să devin.....

.....

8. Știu că pot să.....

Prof. consilier școlar,
Croitoru Felicia-Melania, CJRAE/CJAP Alba

BIBLIOGRAFIE:

Băban, A., (2001), Consiliere educațională, Imprimeria Ardealul, Cluj Napoca



CEL MAI INTERESANT LUCRU SUNT EU!

Elevii să realizeze un colaj care să cuprindă următoarele date:

<i>Numele</i>	<i>Lucrurile care nu îmi plac:</i> ●..... ● ●
<i>Prenumele</i>	
<i>Vârsta</i>	
<i>Înălțimea</i>	
<i>Culoarea ochilor</i>	
<i>Culoarea părului</i>	
<i>Ziua de naștere</i>	
<i>Ce îmi place:</i>	<i>Aceste lucruri le fac EU cel mai bine:</i>
<i>Mâncarea mea preferată</i>	●
<i>Culorile mele preferate</i>	●
<i>Sportul meu preferat</i>	●
<i>Materiile preferate</i>	● ●

Prof. consilier școlar,
Croitoru Felicia-Melania, CJRAE/CJAP Alba

BIBLIOGRAFIE:

Băban, A., (2001), Consiliere educațională, Imprimeria Ardealul, Cluj Napoca



VALORILE MELE

Numele și prenumele: _____

Școala: _____

Clasa: _____ Data _____

Așază în ordinea importanței (de la cea mai importantă la cea mai puțin importantă) valorile prezentate mai jos. Care este cea mai importantă valoare pentru tine? Pe a doua coloană ordonează valorile așa cum ar răspunde prietenul/ prietena ta cea mai bună (mama).

a avea bani să-mi cumpăr ceea ce-mi doresc;

a avea o prieten/un prieten;

a merge în excursii pe munte;

a avea mulți prieteni;

a citi multe cărți preferate;

a avea note mari;

a fi un bun sportiv;

a fi în pas cu moda;

a-mi dedica timpul dezvoltării mele spirituale;

A fi de ajutor prietenilor și familiei.

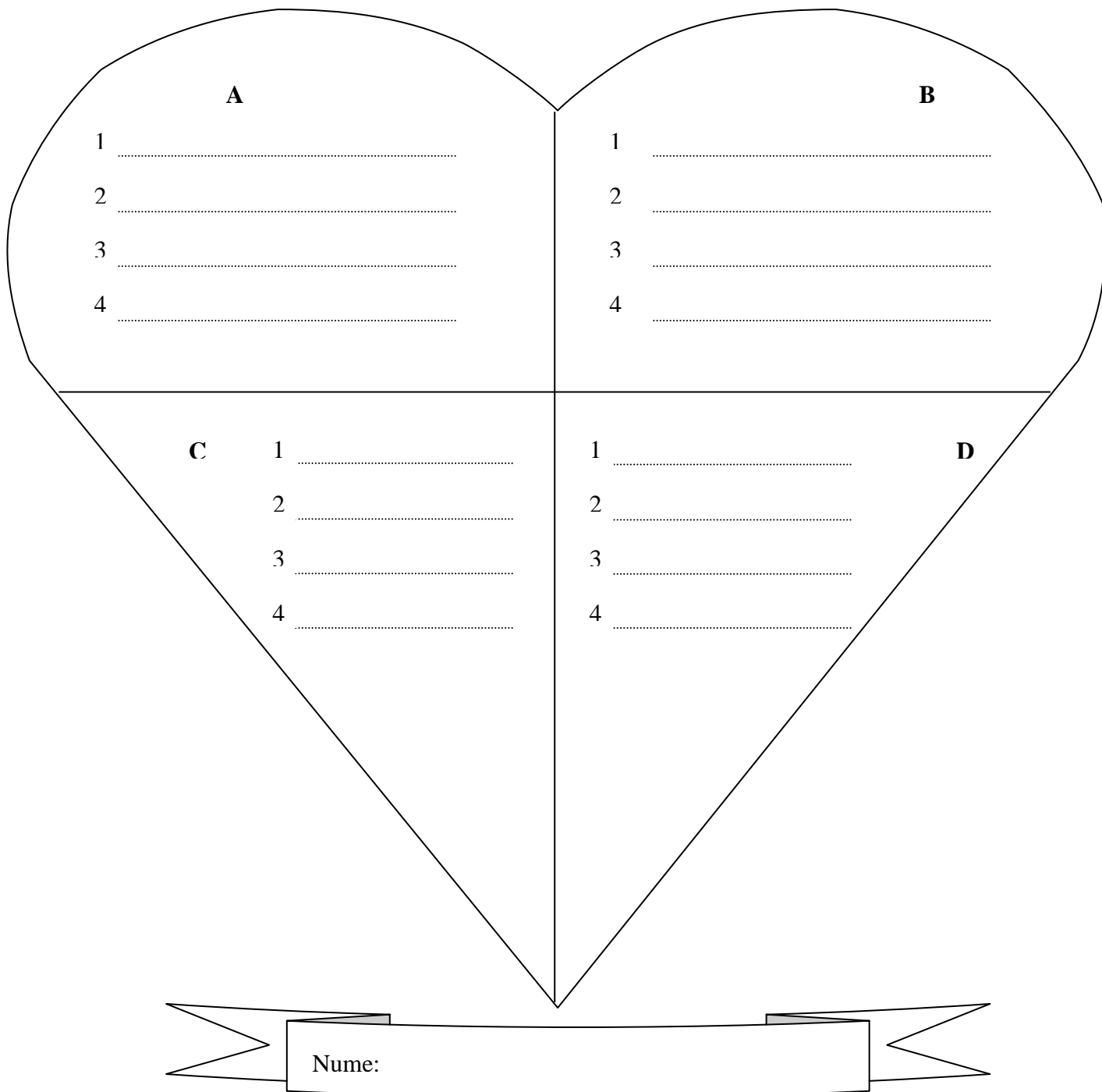
Prof. Consilier școlar,
Croitoru Felicia-Melania, CJRAE/CJAP Alba

BIBLIOGRAFIE:

Băban, A., (2001), Consiliere educațională, Imprimeria Ardealul, Cluj Napoca

Cunoaște-te pe tine!

Harta inimii



A

1

2

3

4

B

1

2

3

4

C

1

2

3

4

D

1

2

3

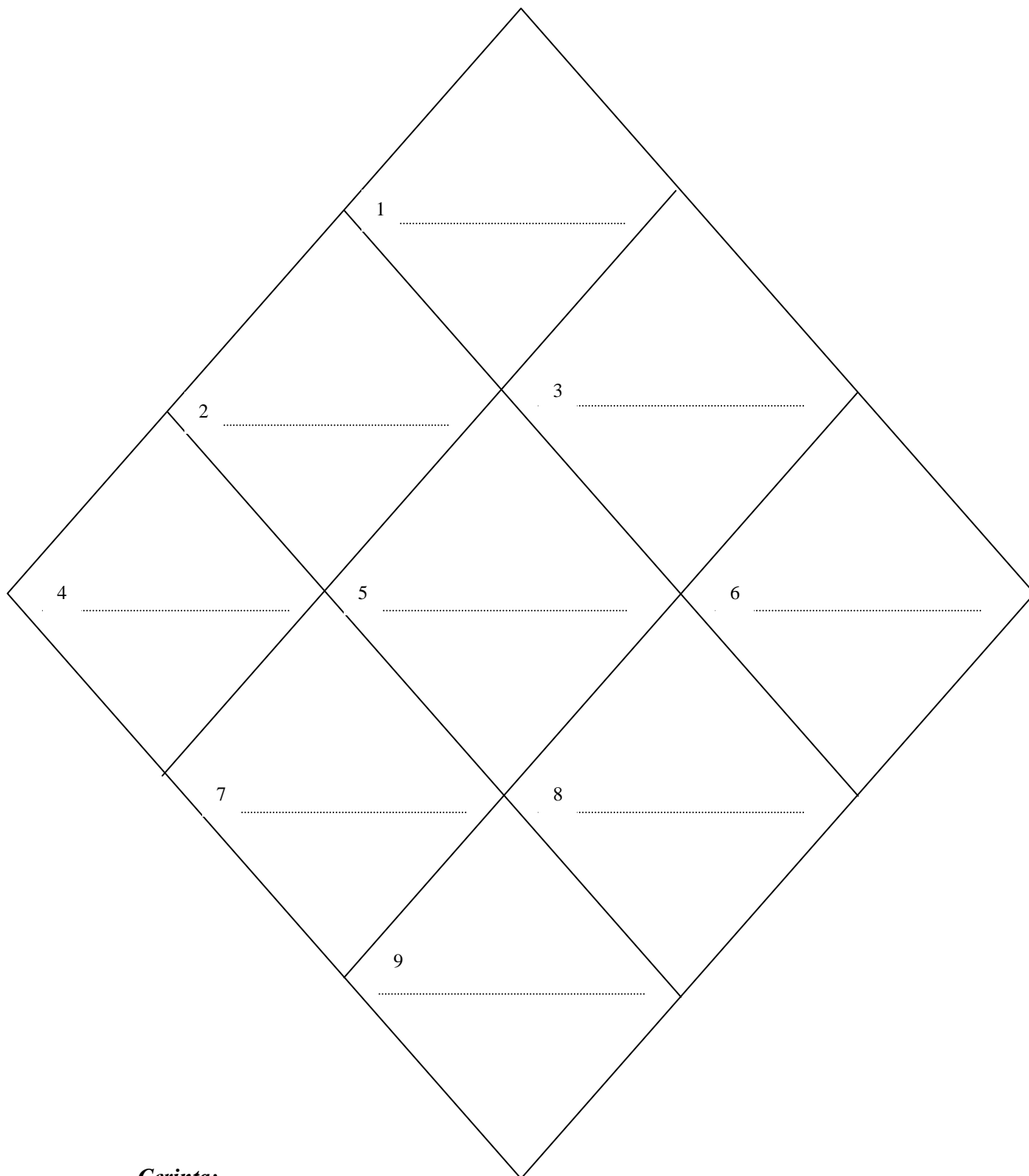
4

Nume:

Cerința: completează spațiile inimii astfel:

- A- cel puțin 3 calități personale care îți plac cel mai mult;
- B- cel puțin 3 lucruri din viața ta pe care ți-ar plăcea să le schimbi;
- C- cel puțin 3 lucruri pe care le faci bine;
- D- cel puțin 3 cuvinte care ti-ar plăcea să se spună despre tine;

Cunoaște-te pe tine!
„Diamantul cu nouă fațete - Valorile mele”



1

2

3

4

5

6

7

8

9

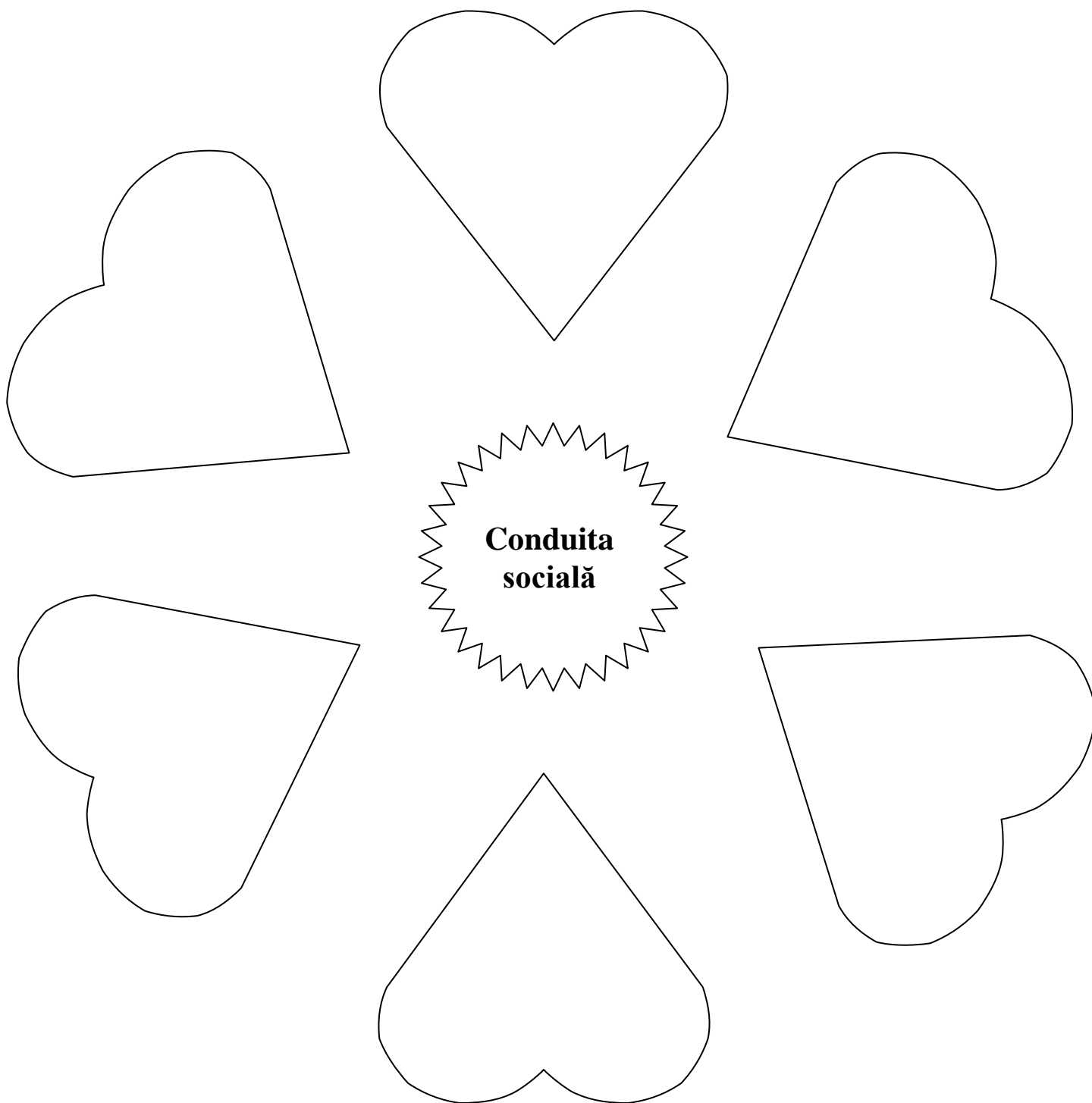
Cerința:

*****Ierarhizează valorile personale, punând în vârful diamantului pe cea mai importantă pentru tine.**

Prof. Consilier școlar,
Croitoru Felicia-Melania, CJRAE/CJAP Alba

Autocunoaștere și dezvoltare

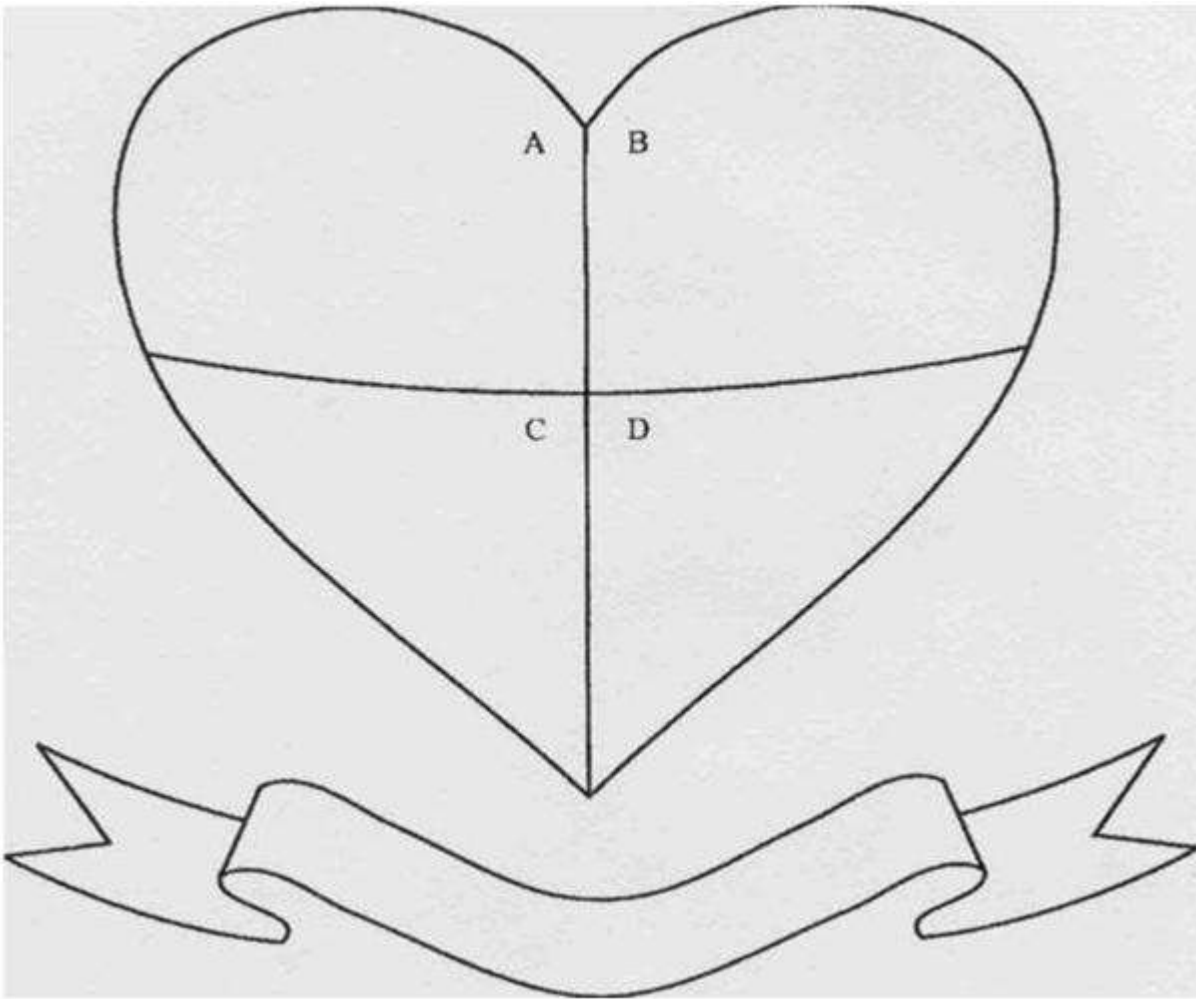
„Eu și ceilalți”



Cerința:

**** Scrie pe fiecare petală, ce aștepti tu de la ceilalți colegi de clasă.

Imaginea de sine



Completează în inimioara împărțită în patru următoarele date:

- A. trei lucruri pe care le faci bine,
- B. trei cuvinte pe care ți-ar plăcea să fie spuse despre tine,
- C. trei realizări de care ești mândru,
- D. trei lucruri pentru care te apreciază prietenii, familia.

ȘTIAȚI CĂ....?

... imaginea de sine se identifică în scrierea literei **t**, mai precis în bara literei **t**? Cu cât bara este trasată mai spre vârful literei, cu atât persoana are o imagine de sine mai bună. Exemplu:



jos



mediu



ridicat (o imagine de sine bună)