

MARIANA CHIRILĂ

VIITORUL ÎNCEPE AZI

Consiliere și orientare școlară



Caietul elevului

CONSILIERE ȘI ORIENTARE ȘCOLARĂ

„Obiectivele educației sunt: a învăța să înveți, a învăța să trăiești, a învăța să gândești liber și critic, a învăța să iubești lumea și s-o faci mai umană, a învăța să te desăvârșești în și prin munca creatoare.”

(Edgar Faure)

Caietul elevului / elevei: _____

Clasa: _____

Școala: _____

An școlar: _____

Profesor diriginte: _____

Argument

**Motto: „Vrei viitorul a-l cunoaște,
te întoarce spre trecut”**

(M. Eminescu)

Obsesia omului de astăzi este **succesul**. Dar adevăratul succes în viață trebuie pregătit încă de pe băncile școlii. Timpul trece și „fără veste, intrați și într-o poveste. Așa, fără vorbe prea multe, unul după altul (...) Luați-o pe poarta asta pe care scrie «A fost odată ca niciodată», care ne așteaptă desfăcută” (M. Sorescu – *Într-o poveste*) pentru o întâlnire de suflet.

Cine nu visează la o școală unde nu se predau doar cunoștințe, ci se transmit stări de spirit, în care se vehiculează adevăruri despre sine, despre lume și viață? Ghid și participant activ (și egal), generator de idei și sentimente, profesorul diriginte (consilier) este OMUL care modelează suflete și conștiințe ale unor copii veniți dintr-o lume de vise, de culoare, de joc și surâs. Însă efortul de a fi părtaș la propria devenire este obligatoriu al vostru, dragi elevi, pasiunea arde, elanul vă caracterizează, gândirea vă maturizează, iar îndrăzneala vă apropie mai repede de țel.

Într-o lume în care trebuie să fii omniprezent, trebuie să-ți elaborezi „trasee” și strategii adecvate care să asigure pregătirea pentru viață. Ora de dirigință se dorește un spațiu de dezbateri, o tribună a gândirii, un laborator al educației, un imbold în încercarea de a fi mai buni, de a nu cădea în mediocritate, de a înțelege valorile perene – familie, comunicare, relații dintre oameni, cultură și civilizație. Catalogul s-a închis și sunteți îndemnați să visați, să descoperiți necunoscutul din voi, labirintul vieții, să înțelegeți, să vă conduceți destinul prin alegeri personale juste și să depășiți zări și etape, descoperind viața de dincolo de băncile școlii.

Lucrarea de față își propune să ofere câteva repere utile elevilor în propria formare, sugestii cu caracter didactic în vederea aplicării creatoare a unor concepte, ce trebuie să stea la baza unor întâlniri (lecții?!) ce dau plăcerea confruntării ideilor. Fișele de lucru, exercițiile diverse, testele, dezbaterile solicită gândirea, imaginația, experiența de viață, sensibilitatea, determinând efecte educativ-formative durabile. Maximele și proverbele, comori de înțelepciune, vor contribui la lărgirea fondului etic, reglând din interior calea de urmat pentru o continuă autoperfecționare. Evaluarea îi pregătește pe elevi pentru a accepta provocările și astfel lupta, mai devreme sau mai târziu, va fi câștigată.

Având un grad de dificultate diferit, exercițiile pot fi alese în funcție de nivelul clasei, de anul de studiu, de componența colectivului, stimulând disponibilitățile creatoare ale elevilor. Virtuțile magice ale dialogului sincer, deschis tuturor întrebărilor și mărturisirilor, vor face din elev autorul propriei instrucții, determinându-l să (se) observe, să se exprime adecvat, să simtă, să reacționeze, să lucreze în echipă, să interpreteze roluri, să se implice pe baza unei motivații pozitive.

Educația nu este posibilă fără instrucție, dar învățarea nu trebuie doar să ne conducă undeva, „ea trebuie să ne permită să continuăm mai ușor în etapa următoare” (J. Bruner), valorificând resursele personale într-un mod creator.

Citind aceste pagini te vei descoperi: o ființă unică, pe care experiența o transformă, care ia cunoștință de adevărul timpului său, face arcuri peste timp și învață credința, justețea, respectul, libertatea, adevărul, democrația, clădind cele mai de preț valori într-o poveste fără sfârșit.

prof. MARIANA CHIRILĂ

Capitolul I

Autocunoaștere și dezvoltare personală



„Ieși din cort, prietene, să stăm față
în față
privindu-ne,
să tăcem împreună,
mereu întrebându-ne
în sine celălalt dacă e
și cum pe sine însuși
se simte.”

(Nichita Stănescu)

Data: _____

Copilul din oglindă sau aventura autocunoașterii

INFO

- fiecare om este o ființă unică
- orice copil moștenește de la părinții săi o identitate etnică, lingvistică și religioasă
- copilul primește o primă natură de la părinți, o a doua natură de la dascăli și a treia de la viață
- orice om năzuiește spre deplina cucerire a eului său
- trebuie să afli cine ești, ce reprezinți, de ce anume ești capabil, căci numai cunoscându-te bine vei putea acționa corect
- caută să adaugi noi dimensiuni personalității tale
- pentru a reuși în viață ai nevoie de informații sigure despre tine

Dicționar:

**F
L
A
S
H**

- **caracter** = sistem de atitudini față de oameni, de viață și de propria persoană; o sumă de însușiri care deosebesc o persoană de alta
- **comportament** = modalitate de a acționa în anumite situații
- **sentimente** = stări sufletești bazate pe elemente intuitive
- **suflet** = substanță de sine stătătoare, independentă de corp, socotită de origine divină și nemuritoare

SARCINI DE LUCRU

1. Realizați fișa voastră de identificare:

Numele și prenumele:

Cum îți place să fii strigat:

Ce nume ai fi preferat:

Semnificația prenumelui tău:

Descrierea fizică:

Calități:

Puncte slabe:

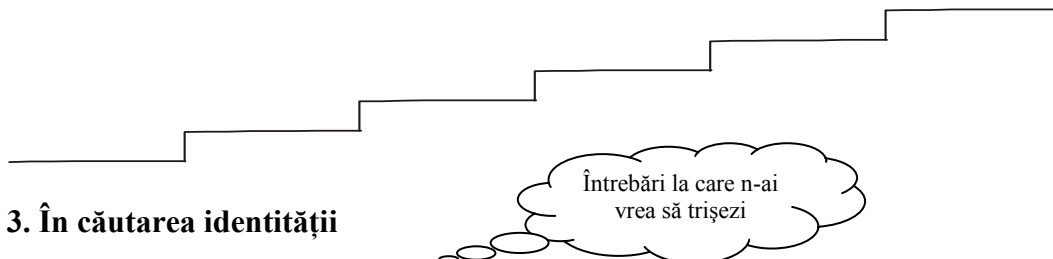
Prietenii tăi:

Versurile preferate:

Deviza ta de viață:

2. Apelând la fotografii, ilustrează printr-un poster scara vieții tale, sintetizând printr-un cuvânt fiecare etapă parcursă.

„Cu gândiri și cu imagini...”



3. În căutarea identității

Cine sunt?

Ce sunt eu?

Ce cred despre mine?

Cum cred eu că par colegilor?

Ce cred alții despre mine?

Cât de bine mă cunosc părinții mei?

Sunt o persoană agreabilă?

Ce doresc în viață?

4. Subliniază 5 trăsături care te caracterizează cel mai bine:

cinstit, corect, curajos, modest, sincer, inteligent,
harnic, cuminte, disciplinat, ordonat, politicos

5. Interviu cu tine însuși (însăși):

- A** ♦ Ce apreciezi la un prieten? _____
- C** ♦ Ești o fire optimistă? _____
- C** ♦ Ți place să călătorești? _____
- Unde? _____
- În ce timp? _____
- E** ♦ Ai vrea să trăiești în altă țară? _____
- Unde? _____
- De ce? _____
- N** ♦ Ce reviste îți plac? _____
- T** ♦ Ce tablou ai alege pentru camera ta? _____
- E** ♦ Ce artă preferi? _____
- ♦ Pe ce lucruri preferi să dai banii? _____
- ♦ Te preocupă felul în care arăți? _____
- ♦ Care este culoarea ta preferată? _____
- ♦ Ce discipline de studiu te pasionează? _____
- ♦ Care este topul preferințelor tale muzicale? _____
- ♦ Ce reprezintă banul pentru tine? _____

6. Ce trăsături pozitive ați dori să vă cultivați? Bifați răspunsul.

- optimism sociabilitate curaj
încredere în oameni adaptabilitate perseverență

7. Realizează-ți o carte de vizită, alegând și un simbol grafic care să te caracterizeze.

8. Completați:

- Cred în mine pentru că:
- Nu-mi place la mine:
- Sunt fericit(ă) când:
- Mă simt respectat(ă) dacă:
- Sunt mândru (mândră) de mine întrucât:

9. **C
L
I
C
K** Aduceți la școală un obiect care vă este drag și vă reprezintă. Prezentați-l colegilor în 2 minute, subliniind valoarea lui sentimentală.
- Povestiți o întâmplare hazlie din copilăria voastră.
- Realizați o prezentare succintă a voastră din perspectiva unui membru al familiei.
- Descrieți cea mai frumoasă zi din viața voastră.

10. Atelier

Lucrați în perechi! Prezentați trăsăturile voastre din perspectivă personală, apoi confrunțați cu imaginea voastră percepută de colegul de bancă

11. Laboratorul devenirii

- ◇ **Eram**, **sunt**, **voi fi**
-
-

Răspundeți cu sinceritate:

- ◇ Îmi cunosc cu adevărat potențialul? _____
- ◇ Am obiective pe termen scurt _____
pe termen lung _____
- ◇ Am o motivație? _____
- ◇ De ce mă tem? _____
- ◇ Știu să mă controlez? _____
- ◇ Pot depista cauza interioară a unui eșec? _____
- ◇ Sunt capabil(ă)? _____
- ◇ M-am simțit uneori incapabil(ă)? _____
- ◇ Ce complexe de inferioritate am? _____
- ◇ Îmi pot ascunde sentimentele? _____
- ◇ Sunt întotdeauna sincer(ă)? _____
- ◇ Cu cine îmi place să-mi petrec timpul liber? _____

12. Scrie câteva rânduri, sub titlul *Autoportret*, relevând complexitatea ființei tale.

13. Definiții metaforice:

- a) Dacă nu aș fi OM, aș dori să fiu _____ pentru că _____ .
b) Sunt un vis _____

14. Dezbateri: *Jurnalul intim – o aventură a cunoașterii*

Reflecții:

„Trebuie să mă cunosc. Trebuie să știu odată cine sunt și ce vreau. Cum să ajung la mine însumi?” (Mircea Eliade – *Romanul adolescentului miop*)

15. Invitație la reflecție:

**M
E
D
I
T
A
T
I**

- a) „Cel mai bun mijloc de a învăța să te cunoști constă în a căuta să înțelegi pe altul.” (Andre Gide)
b) „O ființă umană este trasă într-un exemplar unic, niciodată reprodus de când lumea este lume.” (François Mauriac)
c) „A exista înseamnă a fi diferit.” (Gourmont)
d) „E mai ușor să fii sincer cu alții decât cu tine însuși.” (Marcel Proust)

Alegeți un citat și comentați-l succint. Motivați alegerea.

16. (Auto)Evaluare:

- a) Explicați de ce cunoașterea de sine înseamnă putere.

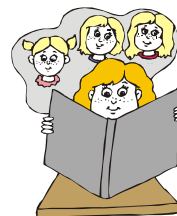
b) Completați:

Ce știam despre mine?

Ce am aflat nou despre mine?

Data: _____

Cronică sentimentală sau despre rolul și influența modelelor



INFO

- există o tendință înnăscută a copilului de a imita pe cei pe care îi îndrăgește
- modelul are o funcție orientativă în educația tinerilor
- persoanele (personajele) pe care cineva le admiră reprezintă indicatori ai propriilor valori
- treptat, selectând din modelele oferite ceea ce este valoros, tânărul va realiza un model-sinteză pe care îl va urma

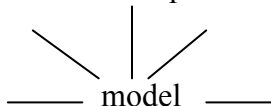
Dicționar:

F
L
A
S
H

- **formare** = perioadă în care se pun bazele educației
- **model** = persoană, realizare, operă care, prin valoare sau calitate, poate servi ca exemplu
- **potențial** = capacitatea unei persoane de a lucra, de a se dezvolta, de a adopta un comportament conform cu anumite cerințe, roluri
- **valori** = convingeri de bază ale oamenilor

SARCINI DE LUCRU

1. a) Scrieți toate cuvintele pe care le asociați cu termenul „model”:



b) Cum v-ați ales modele de viață?

2. De ce credeți că avem nevoie de:

A
C
C
E
N
T
E

- ◇ modele _____
- ◇ elite _____
- ◇ valori autentice _____

3. a) Ce calități apreciați la o persoană?

- morale _____
- intelectuale _____
- afective _____

- b) Notați cu ⊕ valorile pe care le apreciați:
- | | |
|---------------|----------------|
| colegialitate | performanță |
| bani | spiritualitate |
| putere | autoritate |


4. Rememorează!

a) Cine a fost primul tău model de viață? De ce îl admirai?

b) A avea modele înseamnă a copia un sistem de valori?

5. În școala primară ți-ai ales un model dintre:

- a) cadre didactice _____
- b) celebrități _____
- c) artiști _____
- d) membri ai familiei _____

 **Numește-l!**

6. În școală ați avut un model de profesor? Prin ce v-a impresionat?

7. Realizați un interviu cu un profesor pe care îl considerați model.

Dialog sentimental cu dl./d-na prof. _____

În școală ați avut un model de profesor?

**R
E
P
O
R
T
E
R**

Ce v-a atras spre disciplina pe care o predați?

Ce pasiuni aveați când erați elev(ă)?

Ce valori apreciați în viață?

Ce părere aveți de modelele impuse astăzi de societate?

Ce sfaturi ați da elevilor de astăzi?

8. V-ați ales un model din rândul vedetelor? Prezentați-l!

Nume: _____ Apreciez: _____

Excelează în: _____ Admir: _____

Pasiuni: _____ Mă impresionează: _____

Studii: _____

Realizări: _____

Data: _____

Magia Crăciunului sau despre obiceiurile de iarnă



INFO

- la 25 decembrie, solstițiul de iarnă, se venera Nașterea Soarelui, iar astăzi semnifică nașterea lui Hristos, coborârea lui Iisus pe pământ pentru a salva omenirea de păcatul originar
- dacă Paștele (Învierea Domnului) înseamnă victoria triumfală a vieții asupra morții, Crăciunul are un caracter familial, de dragoste și duioșie pentru Pruncul născut în ieslea oilor
- pomul de Crăciun se referă la un cult străvechi, fiind un simbol al axului lumii, al legăturii spirituale dintre Pământ și Cer, dintre planul existenței omului și planul Divinității
- colindatul este o practică rituală veche, iar colindele religioase narează viața zbuciumată a Mântuitorului, de la naștere până la răstignire

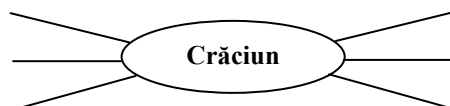
Dicționar:

- **datină** = obicei păstrat din timpuri străvechi, consacrat prin tradiție și caracteristic pentru o colectivitate, pentru un popor
- **obicei** = mod tradițional, rânduială, specifice unui popor
- **ritual** = ceremonie cu implicații folclorice, desfășurat după anumite reguli, în momente importante
- **tradiție** = ansamblu de concepții, credințe, obiceiuri, transmise din generație în generație

F
L
A
S
H

SARCINI DE LUCRU

1. Notați termenii pe care îi asociați cu sărbătoarea Crăciunului:



2. Argumentați:

a) Crăciunul este o sărbătoare religioasă: _____

b) Crăciunul este o sărbătoare comercială: _____

3. Enumerați titlurile colindelor pe care le cunoașteți:

4. Cine este Moș Crăciun?

5. Care este țara de origine a lui Moș Crăciun?

6. Cum se organizează sărbătoarea Crăciunului în familia voastră?

7. Completați:

Crăciun provine din latinescul „creatio” care înseamnă _____

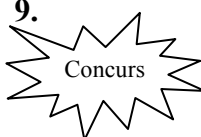
Pomul de Crăciun simbolizează _____

De pe masa de Crăciun nu trebuie să lipsească _____

Masa se împodobește cu _____

8. Cum faceți să fie veselă casa voastră de Crăciun?

9.



a) Confectionați felicitări adecvate acestei sărbători.

b) Nașterea lui Iisus – expoziție de desene (icoane pe sticlă)

10. Susțineți în fața colegilor un monolog pe una din următoarele teme:

C
L
I
C
K

a) Scrisoare către Moș Crăciun

b) Crăciunul copilăriei mele

c) Legende despre Moș Crăciun

11. Ce dăruieți de sărbători celor dragi?

12. File de jurnal: *La orizont... moș Crăciun.*

13.

A
T
E
L
I
E
R

Crăciunul, ca să fie Crăciun, are nevoie de protocol. Să organizăm pe grupe:

a) grupa 1: Reguli pentru gazde

b) grupa 2: Reguli pentru musafiri

Data: _____



Mirajul călătoriei sau despre o vacanță de vis

INFO

- în vacanță, taberele, excursiile, expedițiile, călătoriile sunt metode de deconectare care refac și tonifică sistemul nervos
- pentru ca organismul să se simtă reîmprospătat, în formă maximă, trebuie să-i oferim doze de aer proaspăt, excursii în natură, peisaje mirifice, locuri pline de farmec
- pentru o vacanță reușită trebuie să ne informăm asupra condițiilor de cazare și masă, oferite de hotel/pensiune/vilă, de transport și de modul în care ne putem petrece timpul liber
- monumente istorice, tărâmurile de legendă, muzee impresionante, călătorii pe alte meleaguri și colțuri de rai din România își așteaptă vizitatorii

Dicționar:

- **călătorie** = drum spre un loc mai îndepărtat
- **itinerar** = traseu pe care se desfășoară o călătorie, cu indicarea localităților de pe parcurs
- **deconectare** = recreere, relaxare, părăsind pentru un timp preocupările cotidiene
- **turism** = activitate cu caracter recreativ constând în vizitarea unor localități, obiective, regiuni pitorești
- **vacanță** = timp de odihnă acordat elevilor, studenților, concediu de odihnă

F
L
A
S
H

SARCINI DE LUCRU

1. Notați termenii aflați în corelație cu:



2. a) De ce călătoresc oamenii?

b) Ce înseamnă „a călători” pentru un turist?

a călători = a observa și a reține ceea ce este frumos

= _____

= _____

3. a) Cum vă petreceți, în general, vacanțele?

vacanța de iarnă: _____

vacanța de vară: _____

b) O vacanță de vis ar însemna _____

4. Ce monumente, muzee, ați vizitat recent în țară/străinătate?

5. Susțineți în fața colegilor un monolog pe una dintre următoarelor teme

C a) Impresii de vacanță (pregătiri, drum, cazare, distracție, masă)

L

I b) Amintiri hazlii din vacanțe

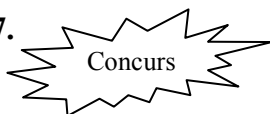
C

K c) O vacanță cu bucluc

6. Părerea mea!

Vacanța fără televizor, fără NET, este posibilă?

7.



a) *Cea mai frumoasă vacanță*

b) *Cel mai minunat colț al lumii* – expoziție de fotografii din vacanță

8. a) Cum vă pregătiți pentru vacanță?

b) Ce conțin bagajele? _____

c) Ce trebuie să conțină trusa medicală? _____

9. Propuneți un traseu/ destinații de vacanță.

a) montan _____

b) în Maramureș _____

c) extern _____

d) croazieră _____



Vă place să meditați?

- 1. Care dintre următoarele acțiuni vi se pare cea mai plăcută?**
 - a) să scriu o scrisoare
 - b) să telefonez unui prieten
 - c) să beau un suc
 - d) să mă duc la culcare
 - e) să mă gândesc la ceea ce voi face mâine

- 2. Cumpărând un nou frigider, care ar fi primul lucru pe care l-ați face?**
 - a) aș pune în el, la rece, un suc sau apă minerală
 - b) aș citi instrucțiunile de utilizare
 - c) m-aș gândi la cel mai bun mijloc de a-l folosi
 - d) l-aș umple imediat cu cât mai multe alimente
 - e) aș aștepta și l-aș privi pentru a mă obișnui cu el în casă

- 3. Care dintre următoarele zile vi se pare cea mai potrivită?**
 - a) luni
 - b) marți
 - c) vineri
 - d) sâmbătă
 - e) duminică

- 4. Ce culoare v-ar plăcea să vedeți în acest moment?**
 - a) verde
 - b) albastru
 - c) roșu
 - d) galben
 - e) violet

- 5. Ce gânduri, sentimente, aveți cu privire la visele voastre?**
 - a) nici unul, pentru că visez foarte puțin sau deloc
 - b) curiozitate, pentru că aș vrea să le înțeleg mai bine
 - c) un pic de teamă, pentru că sunt ciudate
 - d) o plăcere subtilă și o stare de confort psihologic
 - e) o dorință puternică de a vorbi despre ele cu cineva

- 6. Când cineva nu vă răspunde la o întrebare, cum procedați?**
 - a) încep să mă enervez
 - b) încerc să mă gândesc de ce nu-mi răspunde
 - c) repet întrebarea, gândindu-mă că nu m-a auzit
 - d) pun o altă întrebare
 - e) sunt încurcat și nu știu ce să fac

- 7. Când priviți pe cineva sau ceva de unde începeți?**
 - a) de jos
 - b) de sus

- c) de la dreapta
- d) de la centru (mijloc)
- e) de la stânga

8. Când vi se cere părerea despre cineva, ce faceți?

- a) spun cu sinceritate ceea ce cred
- b) mă gândesc mai întâi la motivul pentru care mi se cere părerea
- c) încerc întotdeauna să spun numai lucruri favorabile, pozitive
- d) nu sunt niciodată descumpănit
- e) trag de timp și adesea încerc să nu răspund

9. Momentele care vă plac cel mai mult sunt:

- a) de dimineață
- b) de la mijlocul zilei
- c) de după-amiază
- d) din timpul serii
- e) din timpul nopții

10. Dacă telefonați unui prieten din altă localitate:

- a) îmi place să-i spun, spontan, cât mai multe lucruri
- b) caut să mă pregătesc cu privire la lucrurile pe care le voi spune
- c) uit adesea să-i spun ce aveam de gând
- d) prefer să-l las pe el să vorbească
- e) îmi face plăcere că l-am sunat și-l simt apropiat

întrebarea	a	b	c	d	e
1	8	5	2	0	10
2	2	5	8	0	10
3	2	5	10	8	0
4	8	10	0	5	2
5	0	10	2	8	5
6	0	10	5	2	8
7	5	2	0	10	8
8	5	10	0	2	8
9	8	0	2	5	10
10	5	8	0	2	10

0-45 puncte: sunteți o persoană practică, foarte puțin înclinată către meditație. Nu vă place acest lucru după cum nu vă place nici să stați de vorbă cu alții despre gândurile dv.

45-60 puncte: sunteți capabil să vă opriți din când în când asupra propriilor gânduri, dar parcă vă simțiți vinovat de acest lucru. Dacă vă vin idei mai complexe, le ascundeți, vă jenați să le discutați cu alții.

61-70 puncte: vă place să alternați momentele de acțiune cu cele de meditație. Pentru voi a gândi este o plăcere care vine după trebuința de a acționa. Atenție, totuși: este posibil să vă vină idei ciudate care să vă împiedice să lucrați.

71-80 puncte: sunteți înclinat mai mult spre meditație decât spre acțiune practică, iubiți mai mult teoria și fantezia. Atunci când trebuie să acționați, o faceți cu mare efort; când gândiți vă simțiți însă mai liber decât atunci când acționați.

81-100 puncte: sunteți înclinat spre meditație. V-ați obișnuit să acordați întâietate reflecției și plăcerii de a discuta ideile și fanteziile dv. și cu ceilalți. Aveți ceea ce se numește o atitudine filozofică de bază. Vă recomandăm să acordați mai multă atenție studiului.