

# **Pași către succes!**

## **Program de consiliere de grup pentru creșterea motivației pentru învățare la elevii cu CES**

### **1. Argument**

Motivația pentru învățare reprezintă unul dintre factorii esențiali ai reușitei școlare și ai integrării sociale a elevilor cu cerințe educaționale speciale. Numeroase studii, dar mai ales experiențele cadrelor didactice din școala românească arată că elevii cu CES întâmpină frecvent dificultăți din două motive principale. Primul motiv ține de dificultatea de învățare în sine, provocată de dizabilitatea fizică și/sau cognitivă, iar al doilea este legat de aspectele socio-emoționale (nivelul scăzut al încrederii în sine, dificultăți de integrare, abilități sociale scăzute etc.). La toate acestea se adaugă și contextul școlar care încearcă să realizeze integrarea copiilor cu CES, dar devine dificilă atunci când sarcinile nu sunt adaptate, metodele de evaluare nu țin cont de particularitățile elevilor, nu se realizează parteneriatul școală-familie sau pur și simplu nu există suficiente resurse și sprijin specializat.

Cercetările recente evidențiază faptul că motivația școlară a elevilor cu CES poate fi îmbunătățită semnificativ prin activități de consiliere (individuală sau de grup), în care se utilizează metode vizuale și interactive, ce sporesc sentimentul de autoeficacitate și care permite crearea relațiilor pozitive cu cei din jur, prin activități colaborative.

În acest context, programul de consiliere de grup „Pași către succes” urmărește dezvoltarea motivației pentru învățare prin activități interactive, jocuri, exerciții de autocunoaștere, lucrul colaborativ cu elevi care se află în situații similare. Programul oferă un context sigur de exprimare emoțională, cooperare și valorizare personală, integrare și dezvoltare a atitudinii pozitive față de învățare.

### **2. Scopul programului**

Dezvoltarea motivației pentru învățare a elevilor cu CES și creșterea implicării în activitățile educative, prin participarea la activități de consiliere de grup adaptate particularităților individuale și nevoilor socio-emoționale ale acestora.

### **3. Obiectivele programului**

1. Dezvoltarea unei imagini de sine pozitive și a încrederii în propriile capacități de învățare.

2. Creșterea motivației intrinseci pentru participarea la activități școlare.
3. Formarea unor atitudini pozitive față de învățare.
4. Dezvoltarea abilităților de autoreglare emoțională și de gestionare a dificultăților întâlnite în activitatea școlară.
5. Îmbunătățirea relațiilor de grup și dezvoltarea comportamentelor de cooperare și sprijin reciproc.
6. Formarea unor strategii simple și eficiente de organizare și efectuare a sarcinilor școlare.

#### **4. Grupul țintă**

Elevi care prezintă CES (tulburări de învățare, ADHD, tulburări emoționale, întârziere mintală ușoară sau medie etc.) din clasele II-V.

#### **5. Numărul participanților**

- 4-8 elevi

#### **6. Durata programului**

- 7 ședințe a câte 50 de minute

#### **7. Resurse**

- materiale (vor fi detaliate la fiecare activitate)
- umane: elevi, profesor consilier școlar, profesorul itinerant și de sprijin (acesta va realiza activități separate specifice)

#### **8. Evaluare**

Evaluarea inițială se va realiza prin discuții cu elevii referitoare la motivația școlară și dorința de a participa la activitățile propuse. Evaluările pe parcurs și finală vor consta în observarea sistematică a elevilor (în ceea ce privește implicarea, participarea, cooperarea și progresul), feed-back verbal și non-verbal, autoevaluare, compararea nivelului inițial și final prin discuții.

## ACTIVITATEA 1 – CINE SUNT EU?

### **Obiective:**

1. Formarea climatului de siguranță;
2. Autocunoaștere și intercunoaștere;
3. Identificarea calităților personale.

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire.

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, minge, fișe de lucru.

### **Desfășurarea activității:**

1. Așezarea elevilor la masa de lucru și discuții despre activitățile care vor urma. Se explică regulile grupului (ascultăm când cineva vorbește, nu râdem de colegi, ci împreună cu aceștia, putem greși, ne ajutăm între noi).
2. Spargerea gheții – Mingea complimentelor (Fiecare elev își va spune numele, un aspect pozitiv despre sine și unul despre elevul căruia îi va pasa mingea).
3. Elevii primesc fișa de lucru numită „Cine sunt eu?” pe care o vor completa individual. După finalizarea sarcinii, fiecare elev alege să prezinte 2 aspecte de pe fișă pe care le consideră importante despre sine (spre exemplu: anul acesta aș vrea să învăț despre....). Se evidențiază aspectele comune prezentate de elevi pentru creșterea gradului de coeziune a grupului.
4. Încheierea activității – Termometrul emoțiilor - elevii vor primi o fișă de lucru și vor bifa ce emoție simt referitoare la activitatea aceasta. Se adresează întrebări ajutătoare (Ce ți-a plăcut azi?, Ce a fost greu?).

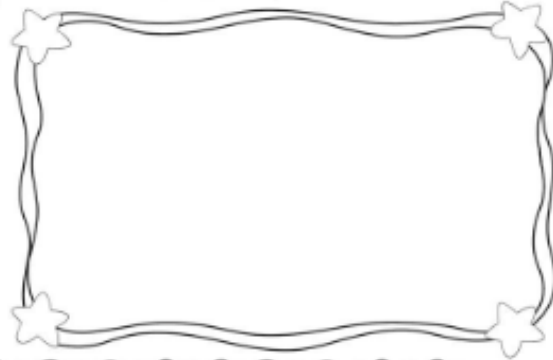
# CINE SUNT EU?



Aceasta e familia mea.

Eu sunt \_\_\_\_\_.

Am \_\_\_\_\_ ani.

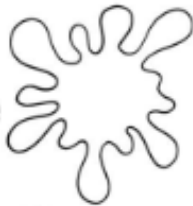


Locuiesc în \_\_\_\_\_.



Preferatele mele sunt:

culoare



număr



animal



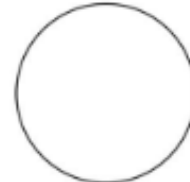
mâncare



poveste



sport



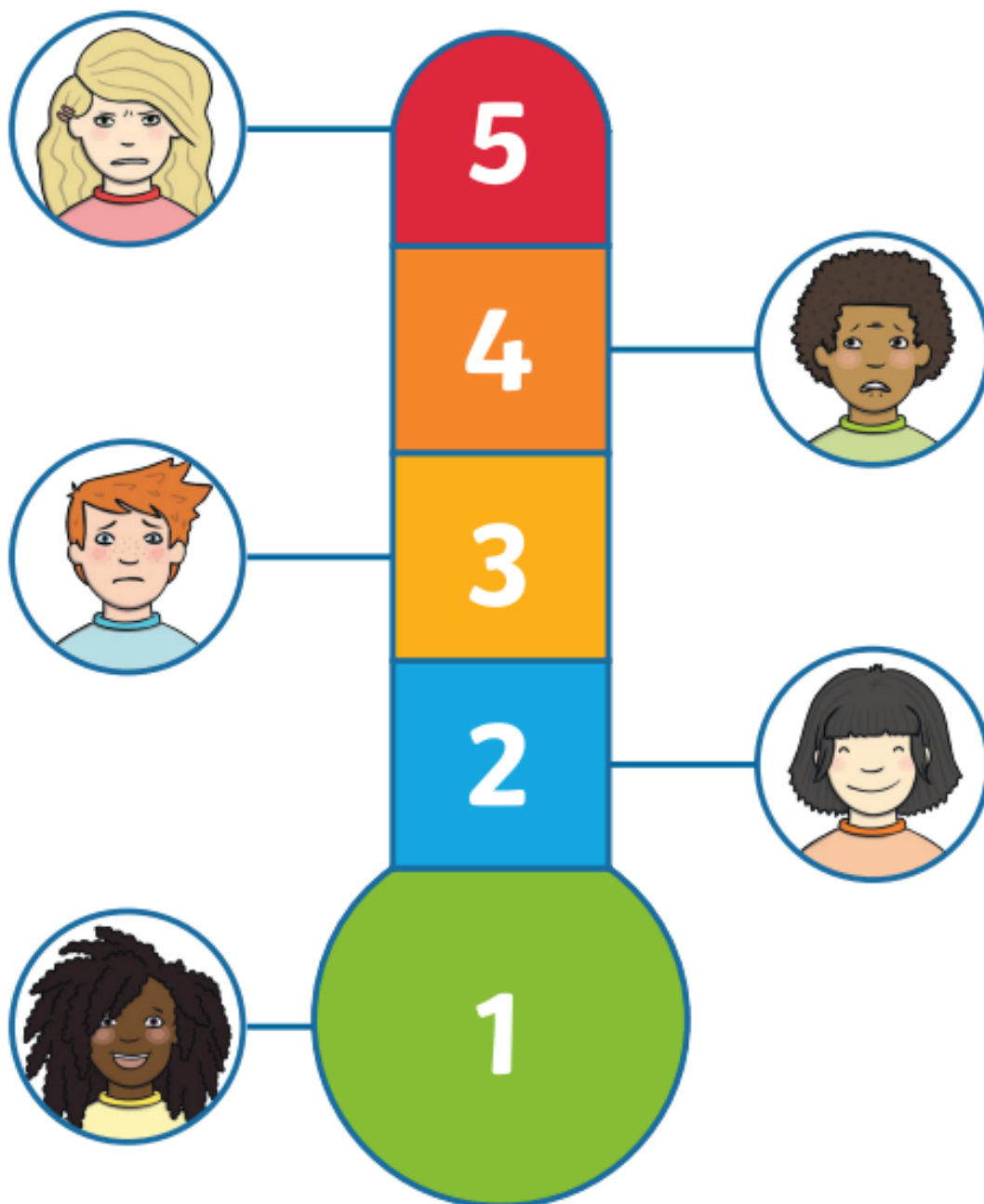
Prietenii mei sunt:

Three empty rectangular boxes with dashed borders, intended for drawing or writing about friends.

Când voi fi mare, vreau să devin \_\_\_\_\_.

Anul acesta aş vrea să învăţ despre \_\_\_\_\_.

# Termometrul emoțiilor



## ACTIVITATEA 2 – DE CE ÎNVĂȚ?

### Obiective:

1. Identificarea motivelor personale pentru care elevii din grup vin la școală;
2. Cunoașterea diferenței dintre „învăț că trebuie” și „învăț pentru că vreau” (motivație extrinsecă vs. motivație intrinsecă);
3. Creșterea încrederii în sine.

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire.

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, imagini cu profesii, fișe, post-it-uri, videoclip motivațional, tablă interactivă, foi a4

### Desfășurarea activității:

1. Energizer – Meseria misterioasă

Consilierul oferă fiecărui elev câte o imagine cu o profesie/meserie, iar acesta va mima ce se află pe cartonaș. Elevul care ghicește primul, va fi următorul care mimează.

2. Introducere în temă – Se adresează întrebări ajutătoare (Cum putem face meseria dorită? Ce se întâmplă dacă nu ne pregătim suficient? Tu ce crezi că ai de făcut pentru a deveni....?). Se evidențiază importanța învățatului, precum și diferența între a învăța pentru că trebuie (de exemplu: merg la școală că mă obligă mama) și a învăța pentru că vreau (de exemplu: învăț pentru a face meseria pe care o doresc).

3. Evaluarea motivației învățării printr-un scurt chestionar.

Evaluați pe o scală de la 1 la 5, gradul în care sunteți de acord cu următoarele afirmații:

- 1 – total dezacord
- 2 - parțial dezacord
- 3 - nu mă pot pronunța
- 4 – parțial acord
- 5 – total acord

- a) În ziua de azi școala nu te ajută la nimic!
- b) N-ai carte, n-ai parte!
- c) Poți ajunge să ai bani fără să te omori prea mult cu învățatul.
- d) Dacă vrei, în viață să fii respectat, trebuie să înveți cât mai mult.
- e) A învăța este o pierdere de vreme.
- f) Poți reuși în viață doar învățând.

4. Poveste terapeutică – elevilor le este prezentat un filmuleț cu povestea terapeutică „Comoara din adâncuri” - <https://www.youtube.com/watch?v=yya2htjgybA>

6. Visul meu – Elevii primesc o foaie A4 pe care o îndoaie la mijloc. Pe jumătatea dreapta sunt rugați să deseneze ce vor să devină când vor fi mari, iar pe jumătatea din stânga, ce trebuie să facă pentru a ajunge în punctul dorit (inclusiv să meargă la școală și să învețe).

6. Reflecția finală – elevii primesc post-it-uri și completează fraza „Învăț pentru că...”. Elevii care au dificultăți de scriere vor desena sau vor cere sprijinul unui coleg. Fiecare elev citește/prezintă motivele personale.

## ACTIVITATEA 3 – Nu pot...ÎNCĂ

### **Obiective:**

1. Identificarea dificultăților școlare;
2. Cunoașterea legăturii dintre gând, emoție și comportament;
3. Reformularea gândurilor negative legate de eșec în gânduri pozitive;
4. Identificarea persoanelor resursă.

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire, exercițiu CBT.

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, borcan, fișe, post-it-uri, PPT, tablă interactivă, foi a4

### **Desfășurarea activității:**

1. Borcanul succeselor – fiecare elev este rugat să scrie/deseneze o reușită școlară din ultima săptămână pe care o va pune în borcan. (Am făcut temele.; Am ieșit la tablă.; Am citit fără ajutor.)
2. Conversație despre eșec – cu ajutorul prezentării PowerPoint, se inițiază o discuție ghidată despre dificultățile școlare. Li se explică elevilor legătura dintre gânduri, emoții și comportamente, precum și faptul că gândurile negative pot fi transformate.
3. Nu pot...încă! – Li se oferă elevilor fișa de lucru, iar cu ajutorul consilierului și al celorlalți colegi vor citi, nota și desena dificultățile cu care se confruntă, vor modifica gândurile negative, prin adăugarea adverbului „încă” și vor identifica persoanele de sprijin.
4. Joc final - Scara succesului – elevii primesc fișa de lucru, indicând locul în care se află pe scara succesului (cel mai probabil treptele 1 sau 2). Mai departe, vor desena/nota care sunt pașii pentru a ajunge în vârf.






## FIȘĂ DE LUCRU: NU POT... ÎNCĂ!

Numele meu: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

### 1. Monstrulețul „NU POT”

Ce ți se pare cel mai greu de făcut acum la școală sau acasă? (Bifează cu X sau colorează caseta)




-  Să scriu texte lungi
-  Să țin minte formule/poezii
-  Să rezolv exerciții la mate
-  Să fac un sport anume
-  Altceva (poți desena pe scurt în caseta de mai jos):

### 2. Nu pot...ÎNCĂ!

Spune sau notează dificultățile, adăugând cuvântul „încă”. Cum te simți?

### 3. Cine este super-eroul meu?

Cine te poate ajuta când nu te descurci? (Bifează căsuțele)

-  Doamna Profesoară
- Doamna de sprijin
- Doamna consilier
-  Mama/Tata
-  Un coleg de bancă sau un prieten
- Altceva.....

### 4. Tabloul reușitei mele

Desenează-te pe tine reușind să faci lucrul care acum ți se pare greu. Cum va arăta victoria ta?

## □ SCARA SUCCESULUI

*Uită-te la scara de mai jos. Pe ce treaptă ești TU astăzi cu lucrul tău greu? Ce poți face pentru a mai urca o treaptă?*

*(Bifează cu X sau colorează treapta pe care simți că te afli acum!)*

- Treapta 5: AM REUȘIT! 🏆
  - /
  - Treapta 4: Pot să fac asta! 💪
  - /
  - Treapta 3: Vreau să încerc! ✨
  - /
  - Treapta 2: Cum să fac asta? 😞
  - /
  - Treapta 1: Nu pot... ÎNCĂ! 🚫
-

## ACTIVITATEA 4 – Vânătoarea de indicii

### **Obiective:**

1. Asocierea școlii cu experiențe pozitive;
2. Exersarea deprinderilor de scris, citit, calcul;
3. Antrenarea atenției prin sarcini vizuale și practice.

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, plicuri cu activități (litere, cifre, semne de calcul, copacul prieteniei, labirintui), fișe, cartonașe colorate, carnețel.

### **Desfășurarea activității:**

1. Se formează echipe de câte 2 elevi și își aleg o culoare. Echipele vor căuta plicurile cu aceeași culoare și vor realiza sarcinile propuse. După ce finalizează, vor extrage altă culoare.

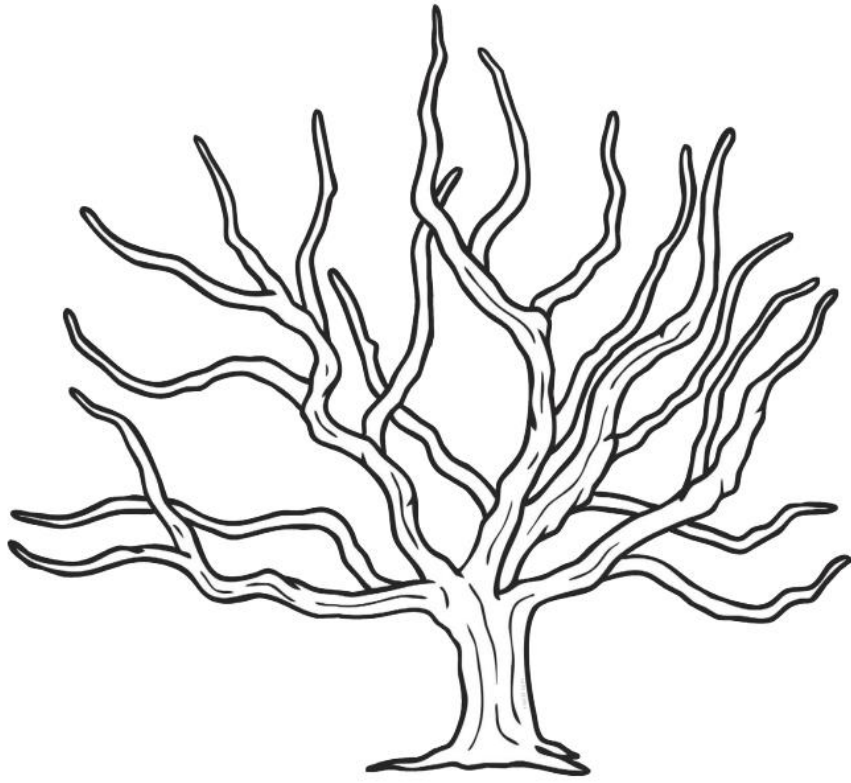
Roșu – litere amestecate – în plic se află mai multe litere, iar elevii trebuie să formeze 10 cuvinte.

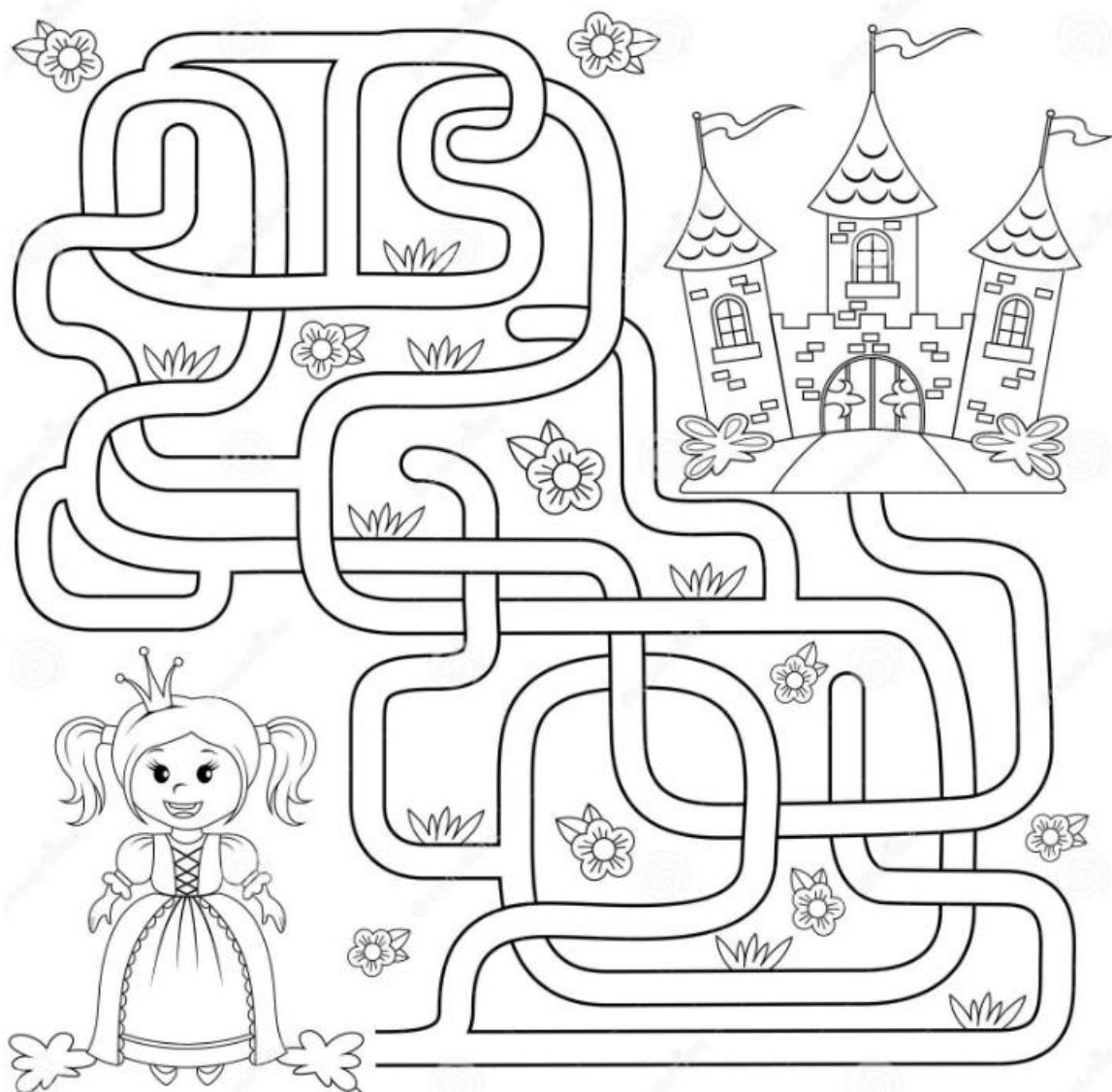
Verde – calcule matematice – în acest plic se află cifre, numere și semne matematice. Elevii trebuie să realizeze corect 7 calcule matematice.

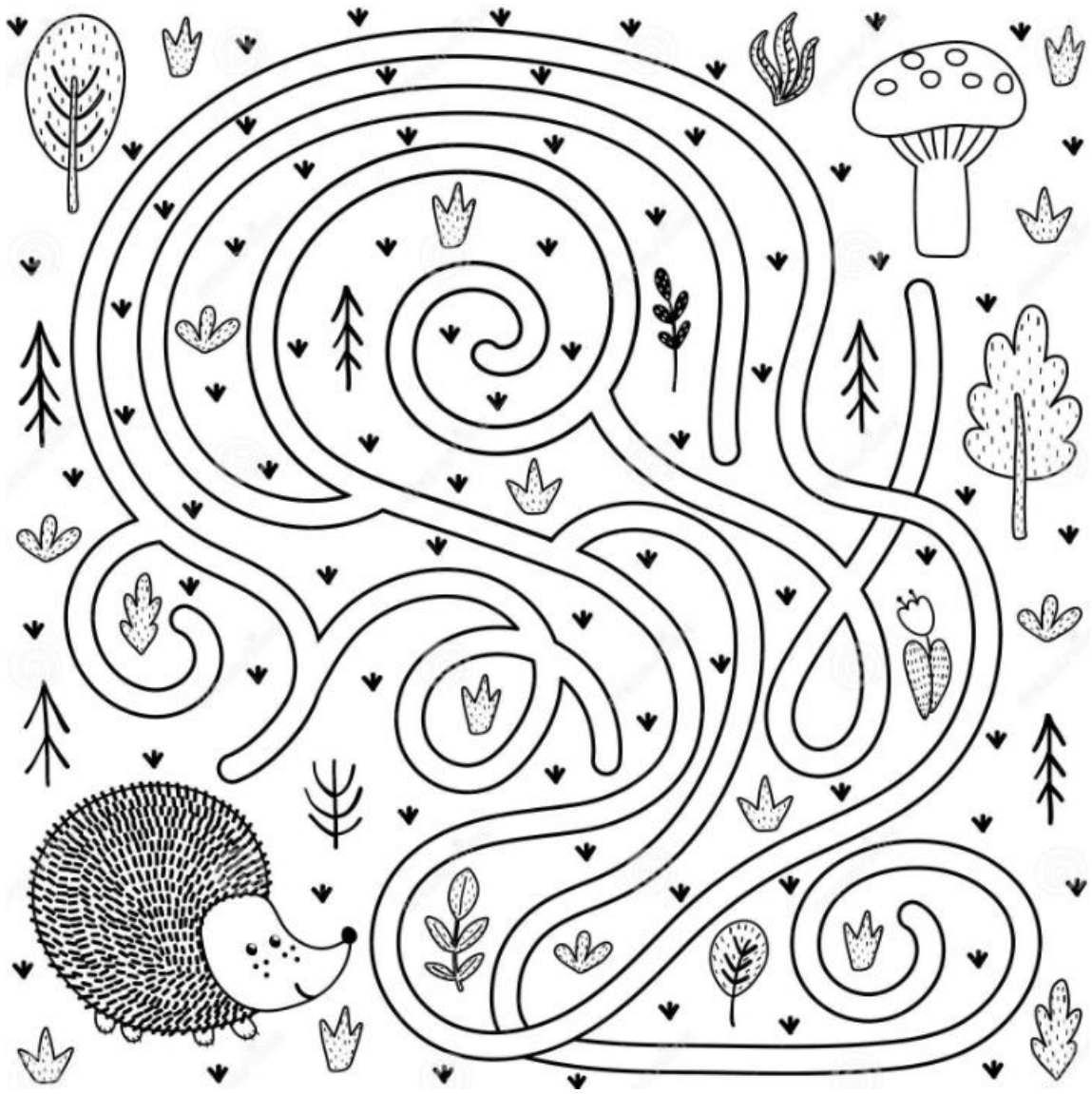
Albastru – Copacul prieteniei – în plic se află un copac cu numele fiecărui coleg din grup, iar sarcina presupune notarea unui mesaj sau cuvânt de apreciere pentru fiecare dintre ei.

Galben – nu depăși! – în plic se află o serie de imagini cu labirinturi pe care elevii trebuie să le completeze corect.

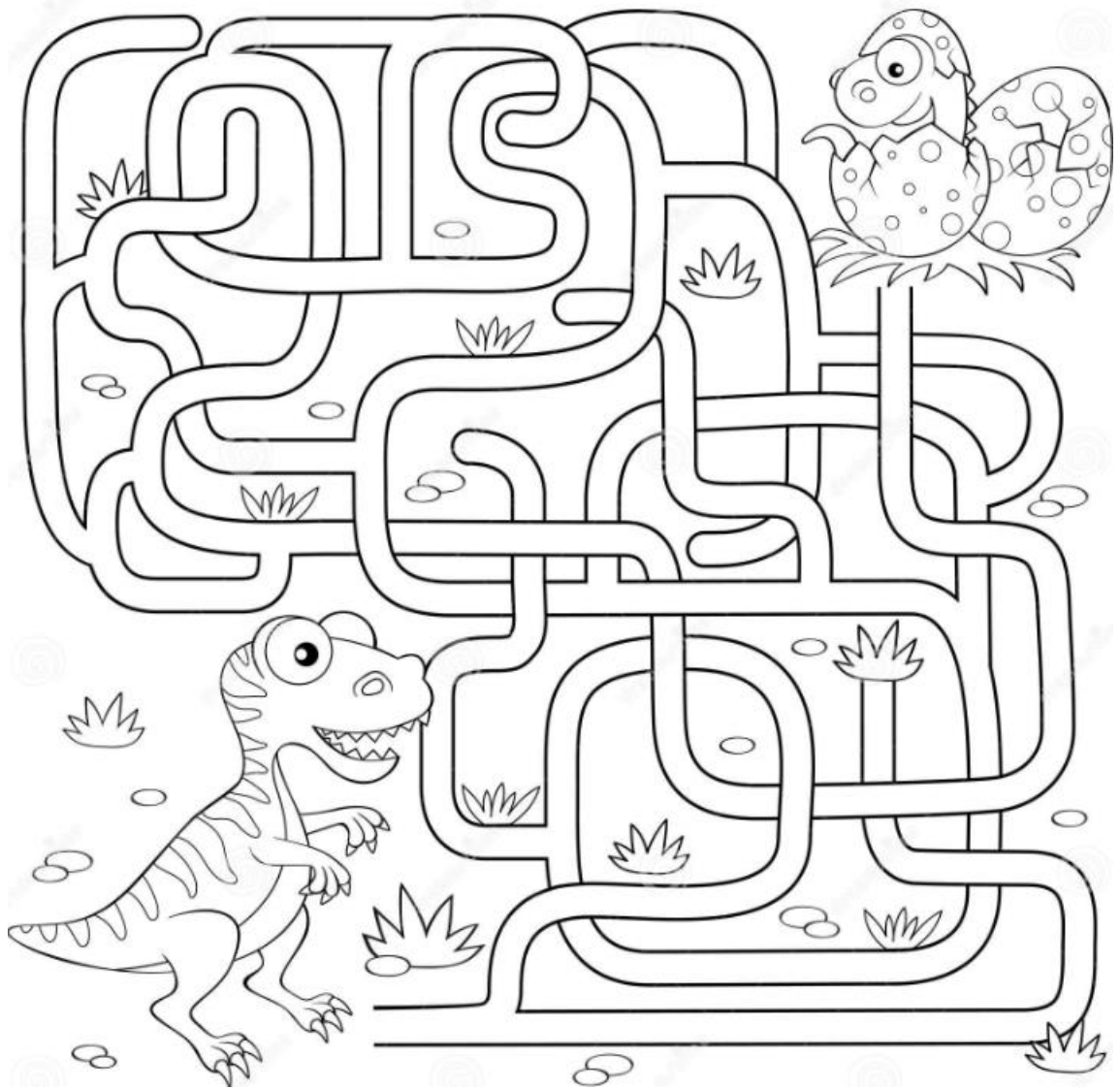
2. Elevii din echipa care finalizează cel mai repede sunt premiați cu câte un pix și un carnețel.











## ACTIVITATEA 5 – Hoțul de timp

### **Obiective:**

1. Cunoașterea modalităților de organizare a timpului pentru învățare;
2. Formarea unor comportamente de lucru eficiente;
3. Reducerea tendinței de amânare.

**Metode și tehnici:** brainstorming, conversația, jocul, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, post-it-uri, fișe, poveste terapeutică

### **Desfășurarea activității:**

1. Spargerea gheții – Sunt mândru/mândră de mine pentru că...
2. Ce mă oprește să învăț? Elevii notează/desenează toate ideile pe post-it-uri și le lipesc în jurul acestei întrebări.
3. Introducere în temă – se expune titlul activității, făcându-se legătura cu ideile notate de elevi anterior.
4. Poveste terapeutică

### **Hoțul de timp**

A fost odată un băiat pe nume Alex. Alex era isteț, curios și îi plăcea să afle lucruri noi. Îi plăceau dinozaurii, jocurile și să construiască roboți din piese LEGO.

Dar Alex avea o mare problemă.

De fiecare dată când trebuia să își facă tema sau să învețe, apărea cineva nevăzut...

Un hoț de timp.

Hoțul de timp nu arăta ca în povești. Nu avea mască și nici sac cu bani.

El șoptea încet:

- Lasă pe mai târziu...
- Mai joacă-te puțin...
- Tema e prea grea...
- Nu o să reușești...

Și Alex îl asculta. Mai întâi se juca 5 minute. Apoi încă 10. Apoi începea un desen. Apoi căuta altceva. Când se uita la ceas... era seară. Tema era neterminată. Alex devenea trist și nervos.

Într-o zi, la școală, doamna profesoară i-a spus:

— Alex, tu ești capabil. Dar trebuie să înveți să îl oprești pe hoțul de timp.

Alex a întrebat mirat:

— Cum să îl opresc dacă nici măcar nu îl văd?

Profesoara a zâmbit.

— Hoțul de timp devine mic atunci când faci pași mici.

Apoi i-a dat trei instrumente magice:

### **Primul instrument - 5 minute de curaj**

Profesoara i-a spus:

— Nu trebuie să faci toată tema dintr-o dată. Începe doar 5 minute.

Alex a încercat.

Și a observat ceva ciudat.  
După ce începea... îi era mai ușor să continue.

### Al doilea instrument - Planul mic

În loc să spună:

„Am mult de învățat...”

Alex a început să spună:

- „Rezolv două exerciții.”
- „Citesc un paragraf.”
- „Învăț trei cuvinte.”

Hoțul de timp devenea tot mai mic.

### Al treilea instrument - Vocea de încurajare

Când apărea gândul:

„Nu pot...”

Alex răspundea:

— Pot dacă încerc.

— Pot dacă cer ajutor.

— Pot pas cu pas.

Și atunci hoțul aproape dispărea.

După câteva săptămâni, Alex nu devenise perfect. Dar devenise mai curajos. Își termina mai des temele. Ridica mâna la clasă. Era mândru de el.

Într-o zi, hoțul de timp a încercat din nou:

— Lasă pe mai târziu...

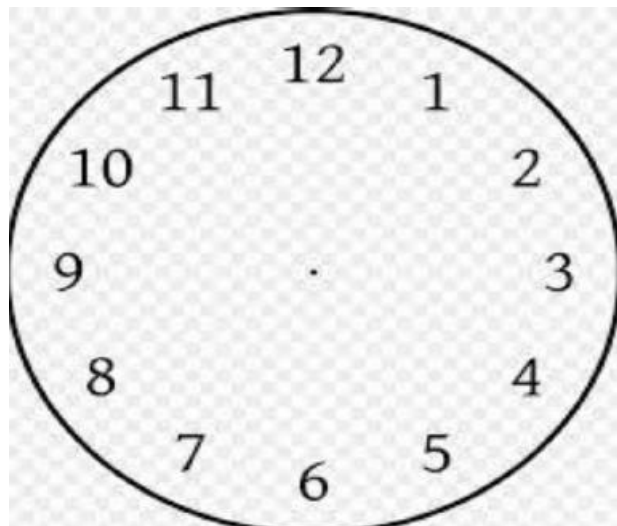
Dar Alex a zâmbit și a spus:

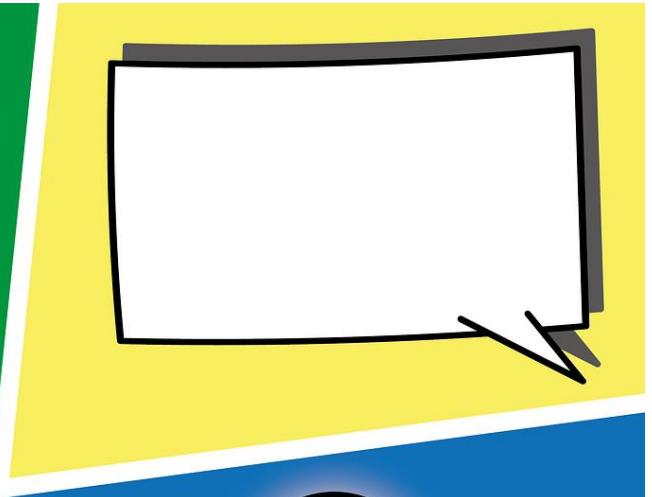
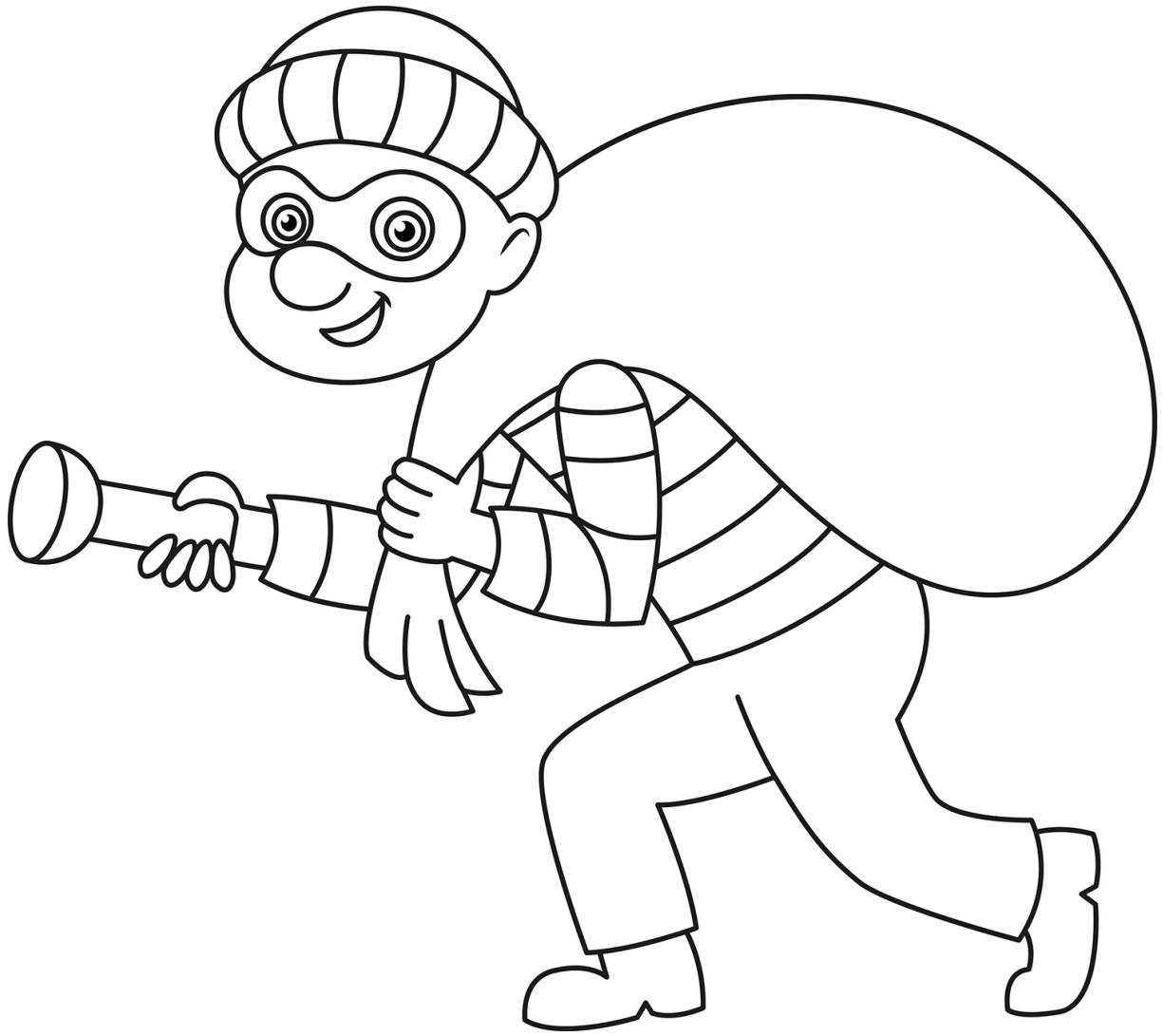
— Nu azi. Azi eu conduc timpul, nu tu.

Și hoțul a dispărut.

5. Prindem hoțul de timp – Elevii primesc o fișă cu un hoț desenat și baloane de dialog. Sarcina este de a identifica propriile gânduri care îi opresc din a învăța, dar și propriile instrumente magice. Se discută cu grupul cele notate.

6. Temă – realizarea propriului orar de învățare, împreună cu părinții, folosind ca șablon un ceas.





## ACTIVITATEA 6 – Știu că pot, dar cum fac?

### **Obiective:**

1. Identificarea stilului de învățare;
2. Identificarea strategiilor personale eficiente de învățare;

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, fișe, foi A4, nisip kinetic, plastilină, forme

### **Desfășurarea activității:**

1. Harta succeselor trecute – se face o recapitulare a celor mai importante informații de până acum. Elevii trasează o linie a vieții cu trei momente în care au învățat ceva cu succes (mersul pe bicicletă, un joc nou, ceva de la școală etc.).
2. Cum învăț? – cu ajutorul prezentării PowerPoint se realizează o discuție ghidată despre stilurile de învățare, rolul acestora și strategii pentru o învățare mai ușoară. De asemenea, elevii primesc un chestionar pentru a afla cum învață mai ușor: vizual, auditiv sau practic.

3. Atelier de învățare – în funcție de rezultatul chestionarului, elevii sunt împărțiți la stațiile specifice stilului de învățare, astfel:

Stația 1- Vizual (o lecție bazată pe imagini, diagrame, scheme)



Stația 2 – auditiv (Profesor pentru 5 minute – un coleg citește un fragment de text celuilalt, iar cel care ascultă va trebui să expună ideile reținute)

*Sistemul Solar este alcătuit din Soare, opt planete și alte corpuri cerești (asteroizi, comete, meteori etc.). Planetele Sistemului Solar sunt: Mercur, Venus, Pământ, Marte, Jupiter, Saturn, Uranus, Neptun*

Stația 3 – formarea unor cuvinte cu ajutorul nisipului kinetic și a plastilinei

4. La reîntoarcerea în grupul mare, elevii împărtășesc impresii

## ACTIVITATEA 7 – Pași mici, succes mare

### **Obiective:**

1. Identificarea a cel puțin 3 reușite personale;
2. Realizarea unui portofoliu de sprijin pentru învățare;
3. Să ofere și să primească feedback pozitiv în cadrul grupului.

**Metode și tehnici:** conversația, jocul, învățarea prin descoperire, învățarea prin cooperare

**Resurse materiale:** pixuri, creioane, carioci, fișe, foi A4, imagini

### **Desfășurarea activității:**

1. Spargerea gheții – Fiecare elev va continua fraza „Acum știu...” cu lucruri pe care înainte nu le puteau realiza, dar acum o pot face.
2. Portofoliul reușitelor – elevii spun pe scurt care le sunt reușitele, oferă feedback referitor la materialele realizate până acum. Sarcina este de a realiza un colaj cu imagini care va fi coperta portofoliului. În mijlocul paginii vor scrie numele, iar în jur vor desena și lipi imagini care arată calități personale, simboluri pentru reușite etc.
3. Scrisoare către viitorul EU – elevii își vor scrie o scrisoare pe care să o deschidă la începutului anului școlar viitor. Vor nota dificultățile prin care au trecut, cum le-au depășit, ce soluții au găsit, dar cel mai important, un mesaj de încurajare.
4. Mesaj pentru colegii mei – elevii vor nota câte o apreciere pentru ceilalți elevi din grup, fiecare păstrându-l în portofoliu.
5. Premiera elevilor cu diplome.
6. Oglinda magică - O cutie mică, frumos decorată. Când elevul o deschide, vede o oglindă pe fundul cutiei. Consilierul spune: „*Aici este imaginea persoanei în care eu cred cel mai mult și care poate reuși orice*”.

**Scrisoare către viitorul EU**

Data \_\_\_\_\_

Dragă eu, \_\_\_\_\_



**Așa arăt eu acum.**



# DIPLOMĂ

## DE PROGRES ȘI PERSEVERENȚĂ

Se acordă elevului/eleveii:



★ La început ți-a fost greu să:

.....

.....

★ Iar acum poți să:

.....

.....

Sunt mândru/mândră de tine!  
Ai muncit, ai învățat și ai reușit! ♥



Data: .....



Profesor consilier: .....

Semnătura: .....



## BIBLIOGRAFIE:

<https://www.twinkl.ro/resource/ro-se-17-termometrul-emoiilor-plana-cu-diferite-dimensiuni>

<https://www.twinkl.ro/resource/cum-sa-iti-motivezi-elevii-pentru-invatare-solutii-pentru-educatie-ro-spe-1680741637>

<https://www.twinkl.ro/resource/cum-elimini-barierele-de-invatare-ale-copilului-adhd-solutii-pentru-educatie-ro1-t-1649000324>

<https://www.twinkl.ro/resource/scrisoare-catre-viitorul-eu-fisa-de-activitate-ro1-t-1745910980>

<https://www.twinkl.ro/resource/meserii-planse-ro2-ec-35>

<https://www.youtube.com/watch?v=yya2htjgybA>

Adumitroaie, E., et al. (2020). Jurnalul elevului rezilient – nivel gimnaziu. CJRAE Iași

Banea, S. & Morărașu, V. C. (2009). Ghid de resurse practice pentru activitatea de consiliere și orientare a elevilor. Editura Performantica, Iași

Treisman, K. (2020). *Instrumentar de tehnici terapeutice creative. Cum lucrăm cu adolescenții și copiii cu traumă de dezvoltare*. Editura Trei.

Șerbănescu, H., Mișu, S., & Seuche, R. (Coord.). (2013). *100 de idei de educație nonformală*. București: Organizația Națională „Cercetașii României”