



Program de consiliere a adolescenților din familii monoparentale

Psih.drd Calotă Elena Daniela
Psih. Drd. Popescu Monica

Adolescența

- Adaptare la viața adultă;
- Procesul de formare a identității;
- Intelectualizare pregnantă a conduitei;
- Dezvoltarea sinelui și personalității;
- Proces complex, restructurare a ființei

Aspecte psihologice

- În perioada adolescenței este atins apogeul conștiinței de sine, prin reflecția frecventă asupra propriei persoane pentru a-și defini imaginea de sine.
- Cunoașterea de sine îndeplinește la această vârstă o funcție de reglare a comportamentului.

Familia monoparentală

- Fragilitate socială – vulnerabilitate
- Scăderea nivelului de trai
- Pierderea reperelor sociale (relațiilor) părinte/copiii
- Fragilitate psihologică

Consilierea psihologică

- Activarea și valorificarea resurselor personale
- Creșterea capacității de reziliență
- Optimizarea comportamentului și îmbunătățirea relațiilor interpersonale
- Creșterea nivelului de conștientizare al adolescentului, a capacității de autoexplorare și autocontrol
- Întărirea Eului și a încrederii în forțele proprii, a autonomiei și independenței
- Reducerea anxietății, creșterea rezistenței la frustrare
- Dezvoltarea unor strategii adaptative prin care persoana să facă față cu succes situațiilor de viață.



6-8 adolescenți

**Acțiune planificată
centrată pe
problematica
clientului**

Ședința I

- Scop:
- *Deblocare*
- *Conștientizare corporală*
- Obiective:
- *Cunoașterea grupului*
- *Integrarea corporalității*

Ședința 2

- Scop:
- *Ascultare activă*
- Obicetive:
- *Îmbunătățirea abilităților de comunicare*

Ședința 3

- Scop:
- *Consolidarea Eului*
- Obicetive:
- *Activarea afirmării și a capacității de a spune NU*

Ședința 4

- Scop:
- *Dezvoltarea empatiei*
- Obicetive:
- *Activarea dorinței de a-l înțelege pe celălalt*

Ședința 5

- Scop:
- *Dezvoltarea capacității de adaptare*
- Obicetive:
- *Dobândirea abilităților de a lucra în echipa*

Ședința 6

- Scop:
- *Creșterea stimei de sine*
- Obicetive:
- *Stimularea inițiativei pentru activități*