



Experiența Surselor de putere



Obiective la tema “Experiența surselor de putere”

- Experiența siguranței și securității
- Învățarea și experimentarea conceptului de loc sigur
- Experiența naturii ca un loc de reîncărcare și relaxare
- Cunoașterea persoanelor de încredere în caz de griji, dureri sau temeri

Importanța surselor de putere

Sursele de putere sunt factori de protecție. Acestea pot fi de ajutor în evitarea și rezolvarea situațiilor dificile.

Sentimentul de securitate este baza pentru oportunități bune și sănătoase de dezvoltare.

Dragi părinți,

În această parte a programului pentru copii ReSi+ tratăm tema surselor de forță. Sursele de putere sunt, de exemplu, locurile în care ne simțim confortabil și în siguranță sau oamenii care ne transmit aceste sentimente. Prin urmare, explorăm diferite locuri și situații de bine cu copiii. Copiii își pot experimenta propriile sentimente care sunt asociate cu siguranța și securitatea. Studiile arată că copiii care experimentează securitate și au în jurul lor oameni care îi susțin și care îi fac să se simtă în siguranță dezvoltă „reziliență”. Aceasta înseamnă, de exemplu, că pot învăța mai bine și pot face față mai bine provocărilor. În programul pentru copii ReSi+, copiii explorează în mod jucăuș natura și efectuează exerciții de relaxare. Ei creează o imagine („rețea de încredere”) care arată la cine se pot adresa dacă au întrebări sau îngrijorări.

Într-o carte cu imagini, copiii se uită la locurile de bine ale diferitelor animale

Exemplu de exercițiu din programul pentru copii ReSi+

Locul meu sigur: Copiii se uită împreună în cartea “Locuri în care să te simți bine”. În aceasta peisaje sunt prezentate în natură.



Scrisoare pentru părinți în cadrul programului pentru copii ReSi+

Contact

Echipa ReSi+
resiplus@th-nuernberg.de



Manageri de proiect

Prof. Dr. Simone Pfeffer
simone.pfeffer@th-nuernberg.de

Prof. Dr. Christina Storck
christina.storck@th-nuernberg.de

Mai multe informații pe:

www.resiplus.de

Finanțare

ReSi+ a fost dezvoltat la Universitatea Tehnică din Nürnberg Georg Simon Ohm în cadrul Facultății de Științe Sociale în cooperare cu Fundația Germană Forum pentru prevenția criminalității.

Proiectul ReSi+ este finanțat de Ministerul Federal al Justiției.



Acum copiii încearcă să-și dea seama unde s-ar putea ascunde un animal. Următoarea pagină mărește imaginea și arată un animal în locul în care se simte confortabil și protejat:



Prin întrebări și conversații, copiii experimentează locul sigur cu toate simțurile:

Ce poate vedea animalul în locul său confortabil? Ce poate auzi sau mirosi? Cum se simte?

După aceea, copiii înșiși vorbesc despre locuri în care se simt confortabil și în siguranță. De asemenea, puteți picta sau proiecta propriile locuri.

Sfaturi pentru părinți

Ca familie, îi oferiți copilului un loc de bunăstare și multe alte surse de forță. Cu următoarea sugestie, puteți explora și vorbi despre zonele dvs. de confort împreună cu copilul dumneavoastră.

Încercați:

Mergeți cu copilul în locuri în care Dvs. sau copilul Dvs. vă simțiți confortabil. Vorbiți cu copilul Dvs. despre motivul pentru care vă simțiți confortabil aici.

Împărtășiți experiențe din alte locuri în care vă simțiți bine cu copilul Dvs. Experimentați împreună câtă putere poate fi extrasă din aceste locuri.