

«Αυτός/ή είμαι ... ΕΓΩ!!!»

Στόχος μας

- Να ανακαλύψουμε τα θετικά χαρακτηριστικά της προσωπικότητάς μας και να διαπιστώσουμε τι πιστεύουν οι άλλοι για μας...!
- Ο καθένας στην οικογένεια να φτιάξει το δικό του καδράκι - όταν τελειώσει η καραντίνα - και να το βάλει στο δωμάτιό του.
- Να αναπτύξουμε την αυτοεκτίμησή μας...!!!

Οδηγίες

α) Επιλέγουμε ένα μέλος της οικογένειας. Με σταβίλο ή ξυλομπογιάκι χρωματίζουμε πάνω στη λίστα του πίνακα (όλο το τετραγωνάκι) μέχρι 5 επίθετα/χαρακτηριστικά, εκείνα που πιστεύουμε ότι το χαρακτηρίζουν. Αν θέλουμε μπορούμε να συμπληρώσουμε και άλλα στο τέλος της λίστας. Αυτό θα γίνει για όλα τα μέλη της οικογένειας.

β) Διηγούμαστε μια ιστορία, όπου το μέλος της οικογένειάς μας επέδειξε τα χαρακτηριστικά αυτά.

γ) Ο καθένας παίρνει το δικό του φύλλο και συμπληρώνει, αν θέλει, και άλλο ένα επίθετο για τον εαυτό του. Πρέπει όμως να μιλήσει γι' αυτό και να μας πει τον λόγο που το συμπλήρωσε.

δ) Στο τέλος, ο καθένας μας μπορεί να κολλήσει τη φωτογραφία του πάνω από τη λίστα. Κάτω από τον πίνακα μπορεί να γράψει ένα κείμενο για τον εαυτό του (με τα καλύτερά του γράμματα), το οποίο να περιέχει επίθετα που το χαρακτηρίζουν και να ζωγραφίσει κάτι για τον εαυτό του.

ε) Τα χαρτιά αυτά μπορούμε να τα τυπώσουμε σε έγχρωμο χαρτόνι και να τα κάνουμε καδράκια που ο καθένας μπορεί να βάλει στο δωμάτιό του.

Τι λέτε; Ξεκινάμε;

Αυτός/ή είμαι εγώ...

Θέση
φωτογραφίας

Ευγενικός/ή	Τολμηρός/ή	Ειλικρινής	Σοβαρός/ή
Υπομονετικός/ή	Χαρωπός/ή	Διορατικός/ή	Βοηθητικός/ή
Αποφασιστικός	Ανθεκτικός/ή	Ανεκτικός/ή	Γενναιόδωρος/η
Έμπιστος/η	Τρυφερός/ή	Υπεύθυνος/η	Οργανωτικός/ή
Αξιόπιστος/η	Συνεργάσιμος/η	Αποδεκτός/ή	Ωριμος/η
Φιλικός/ή	Γενναίος/α	Δημιουργικός/ή	Ικανός/ή
Εχέμυθος/η	Προσεκτικός/ή	Ανιδιοτελής	Χαλαρός/ή
Αισιόδοξος/η	Δυνατός/ή	Προοδευτικός/ή
Προσγειωμένος/η	Ελκυστικός/ή	Πιστός/ή

Γράφω κάτι σπουδαίο για μένα:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Ζαγραφίζω για μένα

Αφού τελειώσουμε ας συζητήσουμε ΟΛΟΙ ΜΑΖΙ...!

- Ποιο είναι πιο δύσκολο να βρούμε: τα θετικά στοιχεία των άλλων και να μιλήσουμε γι' αυτά ή να κάνουμε το ίδιο για τον εαυτό μας; Γιατί;
- Ποιες σκέψεις κάνατε όταν η οικογένειά σας σας χαρακτήριζε μ' αυτόν τον τρόπο; Οι σκέψεις αυτές πώς σας έκαναν να αισθάνεστε;
- Ποιο από αυτά τα επίθετα δεν περιμένατε να γράψουν και ήταν για σας μια ευχάριστη έκπληξη;
- Ποια είναι τα επίθετα εκείνα που νομίζετε ότι σας ταιριάζουν περισσότερο;
- Τι σκέψεις κάνατε και ποια συναισθήματα νιώθατε στην αρχή της δραστηριότητας και ποια τώρα που τελείωσε;
- Με ποιον τρόπο η οικογένειά μας μπορεί να βοηθήσει την αυτοεκτίμησή μας;
- Πώς μπορούμε να αξιοποιήσουμε τη σημερινή εμπειρία στην καθημερινότητά μας, στην οικογενειακή ζωή;

