

Podzimní program osobnostního rozvoje

HRY PRO ZLEPŠENÍ MOTIVACE A SEBEPOJETÍ

pondělky od 15 do 16 h po klubu AJ

1. blok – **Budování vstřícného prostředí**

Příběhy. Deset otázek. Banka mých hodnot. Poznávání druhého. Kouzelná skříňka. 9. 9. 19

Hodnoty. Úspěchy. Osobní erb. Klubíčko. Moje taška. Pocity. Bojové umění slov. 23. 9. 19

Dopis druhému já. Naslouchání. Pozitivní povzbuzení. Na to můžeš vzít jed... 30. 9. 19

2. blok – **Mé silné stránky**

List vlastního ocenění. Poučení z neúspěchu. Co se ukrývá za jménem. 7. 10. 19

Reklama na sebe. Jedu do města. Pozitivní povzbuzování. 14. 10. 19

3. blok – **Kdo jsem já?**

Hlasování. Pozitivní vlastnosti. Kdybych byl... 21. 10. 19

Kdybych mohl být... Co kdyby... Věci, které rád dělám. Kdo je kdo? Fantazie. 4. 11. 19

4. blok – **Akceptování vlastního těla**

Otisky prstů. Otisk těla. Smyslové uvědomění. Předpověď počasí. 11. 11. 19

Mám rád sám sebe. Sedm na cestu. Chůze důvěry. 18. 11. 19

5. blok – **Kam jdu?**

Cíle. Sny – imaginace. Naváděcí systém. Za pět let. 25. 11. 19

6. blok – **Jazyk „já“**

Hon na supa. Nemůžu ... nebudu. Afirmace (sebeutvrzení). Identita, propojení a moc. 2. 12. 19

7. blok – **Vztahy s ostatními**

Rodina. Přátelství. Mycí linka. Masáž rukou. D. O. T. L. 9. 12. 19



Program je rozdělen do několika bloků, zájemci se mohou zúčastnit buď celého programu nebo jen vybraných částí. Inspirace pro hry lze najít ve stejnojmenné knize J. Canfielda a H. C. Wellse: Hry pro zlepšení motivace a sebepojetí žáků. Portál.

Těším se na Vás.

Jitka Tenková