



# Fii Curajos, Fii Tu!

Proiect educațional în cadrul Programului Național „Împreună prindem curaj”



## Context și Misiune

### Provocările elevilor astăzi

Provocări emoționale crescute, presiune socială intensă, dificultăți de relaționare și nevoia de sprijin psihologic constant în mediul școlar modern.

### Rolul școlii

Școala devine spațiul esențial de formare a competențelor socio-emoționale, oferind un mediu sigur pentru dezvoltare personală și echilibru emoțional.

# O strategie națională de impact



## Prevenire

Abordare proactivă a violenței școlare prin educație și conștientizare timpurie



## Incluziune

Promovarea unui climat educațional sigur, prietenos și acceptant pentru toți elevii



## Dezvoltare

Cultivarea competențelor socio-emoționale esențiale pentru viața cotidiană



## Parteneriat pentru schimbare

01

---

Ministerul Educației și  
Cercetării

Finanțare și coordonare la nivel  
național

02

---

CJRAE Timiș

Expertiză psihopedagogică și  
implementare locală

03

---

Unitatea școlară

Aplicare directă și monitorizare continuă

# Pastila de Psihologie



## Ateliere practice de dezvoltare personală

Sesiuni interactive dedicate managementului emoțiilor, dezvoltării abilităților de comunicare și construirii unor relații sănătoase în mediul școlar și familial.

# Tematici Abordate

## Managementul emoțiilor

Recunoașterea, acceptarea și gestionarea sănătoasă a propriilor trăiri emoționale în situații diverse

## Abilități de comunicare

Dezvoltarea ascultării active, exprimării autentice și comunicării asertive în relații interpersonale

## Prevenirea bullying-ului

Identificarea comportamentelor agresive, construirea rezilienței și promovarea respectului mutual

## Relații sănătoase

Depășirea dificultăților de relaționare și prevenirea violenței în spațiul școlar și domestic

# Calendar Activități

Joi, 6 noiembrie 2025

Ora: 13:00 – 14:00

Activitate: Pastila de psihologie

Facilitatori: Diriginta Istodor Loredana, Consilier  
școlar Loth Adela

1

## Echipa dedicată



Diriginte Istodor Loredana

Coordonare pedagogică și facilitare activității de grup



Consilier școlar Loth Adela

Expertiză psihologică și intervenție specializată



## Impact și Beneficii



### Pentru elevi

Creșterea încrederii în sine, îmbunătățirea relațiilor cu colegii și dezvoltarea inteligenței emoționale



### Pentru comunitatea școlară

Climat mai sigur, reducerea incidentelor de bullying și consolidarea valorilor de respect și empatie



### Pentru familii

Comunicare îmbunătățită acasă, prevenirea conflictelor și relații parent-copil mai armonioase



## Împreună prindem curaj

Fiecare copil merită să se simtă în siguranță, înțeles și susținut în dezvoltarea sa emoțională. Prin „Fii Curajos, Fii Tu!” construim o comunitate școlară mai empatică, mai rezistentă și mai pregătită pentru provocările vieții.

Contactați echipa proiectului pentru mai multe informații sau pentru a vă implica în activitățile viitoare.