FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Co-funded by the European Union

TUATHA SOCIAL ENTERPRISE INTERNATIONAL

Ενότητα 1.1 | Αυτοαξιολόγηση

Γνωρίζω

Τον εαυτό μου

Μια συνεδρία σχετικά με τα δυνατά σας σημεία, τις ανάγκες σας και τι σας βοηθά να νιώθετε ότι σας σέβονται.

Χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι, ωστόσο, μόνο του/των συγγραφέα/ων και δεν αντικατοπτρίζουν απαραίτητα εκείνες της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Εκτελεστικού Οργανισμού Ευρωπαϊκής Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ευρωπαϊκή Ένωση ούτε ο EACEA φέρουν ευθύνη γι' αυτές. Το παρόν έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0.

Αυτό το έργο διατίθεται με άδεια CC BY-SA 4.0. Για να δείτε ένα αντίγραφο αυτής της άδειας, επισκεφθείτε τη διεύθυνση https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Τι αφορά αυτή η συνεδρία;

Σε αυτή τη συνεδρία θα σκεφτείτε τον εαυτό σας.

Σε τι είμαι καλός;
Σε τι χρειάζομαι υποστήριξη;
Τι με βοηθά να νιώθω ότι με σέβονται;

Θα γράψετε μια σύντομη κάρτα με τίτλο «Το προφίλ μου».

Τα δυνατά μου σημεία | **Οι ανάγκες μου** | **Τι με βοηθάει**

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Τι θα κάνεις σήμερα;

1

15–20 λεπτά

Καλωσόρισμα & Προθέρμανση

Δημιουργούμε μαζί έναν ασφαλή χώρο.

Εσύ επιλέγεις τι θα μοιραστείς.

Μπορείς πάντα να περάσεις.

2

40–45 λεπτά

Το προφίλ μου

Συμπληρώνεις μια κάρτα για τον εαυτό σου.

Χρησιμοποιείτε το διάγραμμα και τις κάρτες συναισθημάτων.

Επιλέγετε 3–5 βασικά σημεία.

3

20–25 λεπτά

Κοινή χρήση ζεύγους

Κάθεσαι με ένα άλλο άτομο.

Λέτε δύο πράγματα που συμφωνείτε σε αυτά.

Κάνουν το ίδιο και για εσάς.

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Ερωτήσεις που θα σας καθοδηγήσουν



«Σε τι είμαι καλός στην καθημερινή ζωή;»



«Σε τι χρειάζομαι υποστήριξη;»



«Τι με βοηθά να νιώθω ότι με ακούνε και με σέβονται;»

FAIRCARE
Inclusion & Self-determination

Μέχρι το τέλος αυτής της συνεδρίας,

θα μπορείτε να...

1. Ονομάστε τα προσωπικά σας δυνατά σημεία.
2. Πείτε τι υποστήριξη χρειάζεστε.
3. Περιγράψτε τι σας βοηθά να νιώθετε ότι σας σέβονται.
4. Συμπληρώστε τη δική σας κάρτα "Το Προφίλ μου".

Θα δημιουργήσετε τη δική σας κάρτα "Το Προφίλ μου" για να την πάρετε μαζί σας.