

FIȘA DE LUCRU

DENUMIRE TEMĂ: **EȘTI CÂND DĂRUIEȘTI**

Motto: „*Vrei impact și vrei putere? Atunci învață să te dăruiești. Oferă fără să ”tragi de tine”, fără umilire și oferă cu multă iubire.*” Monica Sărăcescu

Urmăriți cu atenție prezentarea temei ”Ești când dăruiești” și completați fișa de mai jos, încercuind răspunsul/răspunsurile potrivit/e:

Nr. crt.	Întrebarea	Răspunsuri
1.	Ce reprezintă pentru tine ”a dăruii”?	• Să fiu mai sărac; • Să se profite de mine; • Să fiu mai puternic și să creez impactul dorit de mine asupra celorlalți; • Să dezvolt noi abilități; • Să atrag și să mențin oamenii lângă mine; • Altele:
2.	Cum poți dăruii mai eficient?	• Oferind din ce am în plus, ca: timp, energie, idei, etc; • Oferind cu iubire și fără așteptări, acolo unde simt să fac asta; • Oferind celor care recunosc valoarea a ceea ce le ofer; • Oferind persoanelor aflate în necesitate; • Oferind persoanelor apropiate; • Altele:
3.	Ce efecte crezi ca vei atrage dacă îți vei face un scop din a dăruii?	• Voi învăța lucruri noi; • Voi dezvolta competențe și abilități; • Voi avea de suferit; • Cei din jurul meu vor găsi o persoană generoasă, capabilă, pe care se pot baza; • Altele:
4.	Este bine să-i oferi celuiilalt pornind de la...?	• Ce îmi place mie; • Ce cred că este mai bine pentru el; • Ce are nevoie; • Ce îi lipsește și își dorește; • Altele:

5.	Cum poți ști ce își dorește celălalt?	• Ascultând despre ce vorbește • Întrebându-l • Surprinzându-l-l • Altele:
6.	Ce preferă oamenii să li se ofere?	• Atenție și admirație • Cuvinte de încurajare • Timp de calitate petrecut împreună • Îmbrățișări • Cadouri sau aspecte materiale • Anumite servicii • Altele:
7.	Ce-i împiedică pe oameni să dăruiască și să se dăruiască?	• Nesiguranța • Orgoliul • Fricile • Tendințele dominatoare • Altele:
8.	Când nu ajută să dăruiești?	• Când persoana respectivă nu cere ajutorul; • Când persoana respectivă te obligă sau îți ordonă; • Când observi că celălalt nu are intenții pozitive; • Altele:
9.	Ce lucru poți face astăzi pentru a dăruia cu impact?	• Să fiu mai atent la nevoile celor din jurul meu; • Să fiu mai atent la nevoile propriei persoane; • Nu sunt pregătit/a să dăruiesc încă, vreau doar ca alții să-mi dăruiască mie momentan • Altele:

Exercițiu:



Gândește-te la trei persoane din viața ta care au fost alături de tine într-un anumit moment și la influența lor asupra ta. Împărtășește-ne cum te-au ajutat, te-au sprijinit sau te-au învățat ceva prețios. Ce concluzii ai tras în urma acestor experiențe?

În viața cui ai putea să ai o contribuție semnificativă? Cum crezi că te vei simți după?

NU UITA!!!

Ajută tu, întâi și vei fi ajutat! Dăruiește și vei primi!