C J R A E I A Ș I

C O L E G I U L N A Ț I O N A L Ș T E F A N C E L M A R E H Â R L Ă U

Prof. consilier școlar
LILIANA BULGAGIU



Motto

Privește în interior.
Acolo este fântana de aur
care va izbucni de îndata ce
începi să sapi.(Proverb arab)

STATUT PROFESIONAL

- 23 DE ANI EXPERIENȚĂ *CA PROF. CONSILIER ȘCOLAR , din 1 sept. 1999*
- *PROF. TITULAR GRAD DIDACTIC 1 din 1 sept. 2009*
- *ABSOLVENTĂ A FACULTĂȚII DE PSIHOLOGIE - UNIV. A. I. CUZA IAȘI, promoția 1997*

Alte cursuri absolvite

- FACULTATEA DE DREPT, UNIV A. I. CUZA IAȘI, 1991-1995
- FORMARE ÎN PSIHOTERAPIE SISTEMICĂ DE CUPLU ȘI FAMILIE - 2009/2013
- FORMARE ÎN PROGRAMUL DE PREGATIRE FACILITATORI PARENTALI - Cercul Siguranței (Circle of Security for Parents), Martie 2017
- SUTE DE ORE DE DEZVOLTARE PERSONALĂ CU MENTORI ACREDIDAȚI (din țară și din străinătate)
- FORMATOR, MENTOR, COACH ÎN CADRUL PROGRAMULUI DE ÎNVĂȚARE EXPERIENȚIALĂ ACADEMIA IMPACT, ARHITECȚII EDUCAȚIEI ȘI ÎNVĂȚARE PRIN PROIECTE DE SERVICE LEARNING - F.N.O. România
- FORMATOR ÎN CADRUL PROGRAMELOR DE ÎNVĂȚARE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ PENTRU ADULȚI, TINERI ȘI VIAȚĂ DE FAMILIE
- MEMBRU ÎN ASOCIAȚII ȘI ORGANIZAȚII PROFESIONALE



Specialist în Psihologie Educațională, consiliere școlară și vocațională

PREOCUPĂRI PROFESIONALE CONTINUI

- CURSURI DE FORMARE ÎN TERAPIA TRAUMEI LA COPII,
- Formare în tematici legate de ANXIETATE ȘCOLARĂ, GESTIONAREA PIERDERII LA ADOLESCENȚI, ABORDAREA HOLISTICĂ A FIINȚEI UMANE- ELEMENTE DE PSIHOLOGIE SPIRITUALĂ ȘI TRANSPERSONALĂ

SUNT

- MAMĂ (din 2002)
- PROFESOR ÎN ȘCOALA ADOLESCENȚEI MELE, AM ABSOLVIT (în 1991) ACEEAȘI UNITATE DE INVĂȚĂMÂNT UNDE LUCREZ de 23 de ani

VALORILE MELE

CREATIVITATEA, CLARITATEA TREZIREA ÎN CONȘTIINȚĂ , COMUNICAREA ASERTIVĂ , AUTENTICITATEA, SPRIJINUL, EMPATIA, ECHILIBRUL INTERIOR, COMPASIUNEA, IUBIREA , IERTAREA

CONTACT

https://psihologie--educationala.webnode.ro/
Nr.telefon 0724396638, email lilianabulgagiu@yahoo.com

SERVICII PSIHOLOGICE PENTRU ELEVI, CENTRATE PE

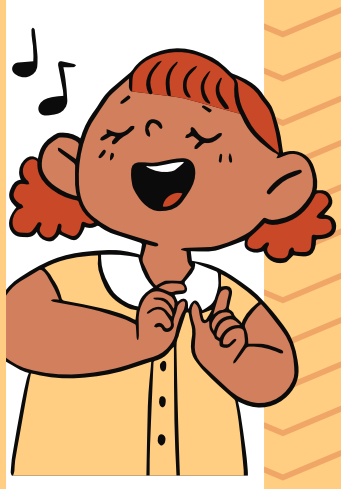
AUTOCUNOAȘTERE , CREȘTEREA STIMEI DE SINE



Programe de consiliere individuală, de grup și colective pentru formarea abilităților de autoexplorare, analiză autoclarificatoare, autoacceptare, validare, împuternicire de Sine
Proiectul ȘTIU CINE SUNT!

ABILITĂȚI SOCIO-EMOȚIONALE , INTERPERSONALE

Proiectul ***Eu și emoțiile mele!*** - grupuri creative pentru gestionarea sănătoasă a emoțiilor folosind inteligențele multiple, tehnica PhotoVoice , tehnici de arterapie , dramaterapie.
Proiectul ***Școala mea- colegii mei. Mă simt bine in noul colectiv!*** - grup de optimizare a adaptării școlare pentru elevii de clasa a 5-a și a 9-a
Proiectul ***Singur acasă- Lacrimi de dor,*** grup de suport psiho-emoțional pentru elevii cu părinți plecați la muncă in străinătate
Proiectele ***CURAJ și CUVINTE CARE VINDECĂ!*** Terapia educațională a timidității și a dificultăților de comunicare intra/intergrupală și intrafamilială/interfraternală,



ORIENTARE ȘCOLARĂ ȘI VOCAȚIONALĂ



Proiectul ***Un prim pas spre carieră.! Decid în favoarea mea!***
Proiectul ***Ziua porților deschise - Salonul ofertelor educaționale***
Proiectul ***Dreptul meu la studenție*** - ateliere, vizite de studiu/informare la universitățile ieșene
Proiectul ***Tu ce facultate alegi?*** - intâlniri, webinarii cu foști elevi, actuali studenți și specialiști din diverse domenii profesionale.

PREVENȚIE, PROMOVAREA UNUI STIL DE VIAȚĂ SĂNĂTOS

Proiectul antibullying -***Alege să fii bun!Cvintetul binelui!***
Proiectul de formare de mediatori si lideri activi- ***Vocea schimbarii pozitive***
Proiectul de educație pentru sexualitate - ***Fac ce vreau, dar stiu ce fac! Merită să învăț să ȘTIU!***
Festivalul prieteniei, Proiectul ***De IMPACT e Prietenia***
CAMPANIA ***INFORMAT ȘI EDUCAT***, educație pentru o viață autonomă, fără dependențe



VOLUNTARIAT, INTEGRARE, EGALITATE DE ȘANSE

CLUBUL de inițiativă comunitară ȘTEFI IMPACT
Proiectul ***CARUSELUL CU POVEȘTI*** - program de antreprenoriat social
Campaniile ***PoIAna cu destine***, ***Magie de Crăciun***, ***Bucurie la cutie*** , ***PrăjiturIA, Dietă la net, BABY BOX*** , ***Hârlău- târgul de odinioară*** proiecte de activare a cetățeniei active, a comportamentelor prosociale, caritabile

DEZVOLTARE PERSONALĂ
TABERE ȘI ATELIERE DE RE-CREAȚIE PERSONALĂ

Proiectul *"Activarea resurselor mele infinite! Calatorie spre Sine la CASTEL!"*

SERVICII PSIHOPEDAGOGICE PENTRU PĂRINȚI

PROGRAMUL de consiliere familială *EU ȘI COPILUL MEU*
Grupul de formare, dezvoltare a abilităților parentale

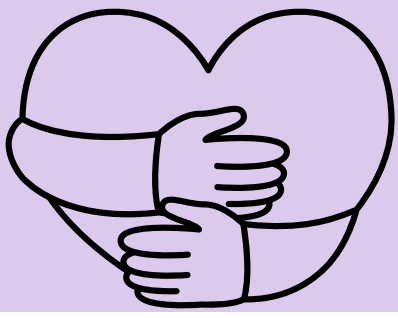
ACADEMIA PĂRINȚILOR

PROGRAMUL DE FACILITARE PARENTALĂ, DOBÂNDIREA ABILITĂȚILOR DE PARENTALITATE CONȘTIENTĂ

Cercul Siguranței Emoționale



Devii un părinte care știe și poate să fie ALĂTURI de copilul său

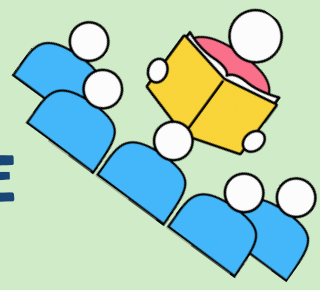


CONSILIERE INDIVIDUALĂ, DE GRUP ȘI COLECTIVĂ ÎN TOPICI CARE ȚIN DE RELAȚIA CU COPILUIL, FACTORI DE RISC, STILURI PARENTALE, COMUNICARE INTRAFAMILIALĂ ASERTIVĂ, DINAMICA VIEȚII DE FAMILIE, LIMBAJELE IUBIRII, GRANIȚE ȘI STRUCTURI, REGULI INTRAFAMILIALE,

WEBINARII ȘI EMISIUNI - https://www.youtube.com/channel/UC-UcxUxipMO5qkr4EtLLw5g/videos

SERVICII PSIHOPEDAGOGICE PENTRU CADRE DIDACTICE

PROIECTUL ÎMPREUNĂ SUNTEM MAI APROAPE DE ELEVII NOȘTRI



Ateliere, grupe de sprijin, focus grupuri, scrisori metodice, consultanță și mentorat în topici care fac referire la gestionarea unor situații la clasă, dar și la exersarea abilităților psihopedagogice adaptate cerințelor sistemului de învățământ actual și la cunoașterea specificului psihopedagogic al tinerei generații



ACTIVITĂȚI DE GRUP ÎN MEDIUL FORMAL ȘI NONFORMAL





7 MOTIVE SĂ DESCHIZI UȘA CABINETULUI DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ DIN ȘCOALA TA ȘI ÎN ACEST AN ȘCOLAR



AI ACCES LA TINE

1

- exersezi tehnici de autocunoaștere, autoexplorare și înțelegere, acceptare de sine
- lucrezi pentru identificarea propriilor nevoi și resurse interioare
- înveți să te simți bine cu tine așa cum ești, să-ți crești stima de Sine, să te motivezi spre a deveni ceea ce vrei tu să fii, să devii mai bun azi decât ai fost ieri, și mai bun mâine decât ești azi.

COMUNICI AUTENTIC CU TINE ȘI CU CEILALȚI



- relaționare intrapersonală și interpersonală armonioasă, pozitivă, asertivă, congruentă
- asumarea responsabilităților de rol în viața de zi cu zi
- înveți tehnici de exprimare a propriilor gânduri și emoții prin metode alternative, narative, experiențiale, artistice
- înveți să gestionezi, cât mai empatic și creativ, situațiile dificile
- exersezi relaxarea și promovarea stărilor emoționale constructive, funcționale, de frecvență crescută

2

DEȚII UN BUN MANAGEMENT AL TIMPULUI ȘI AL ÎNVĂȚĂRII



3

- îți dezvolți abilități și competențe de a învăța mai bine, a maximiza ceea ce știi să faci, să devii eficient în activitatea școlară și extrașcolară
- afli tehnici de gestionare, optimizare a timpului și de prelucrare adecvată și eficientă a informațiilor
- înveți cum să manifești mai multă motivație și implicare, responsabilitate, maturitate psihocomportamentală, relațională și decizională

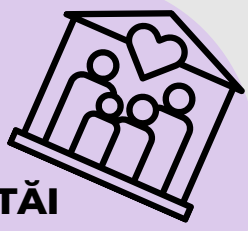
DESCOPERI CARE ESTE TRASEUL TĂU VIITOR



- îți cunoști structura de personalitate - interese, aptitudini, valori, pasiuni, abilități, trăsături care te recomandă spre un traseu liceal, academic, profesional
- explorezi strategii și tehnici de informare, orientare școlară, academică, vocațională
- înveți să iei decizii adecvate ție și structurii tale de personalitate, dar și ancorate nevoilor reale de pe piața muncii de astăzi

4

ÎNȚELEGI și TE ÎNȚELEGI MAI BINE cu FAMILIA TA



5

- TE REPOZIȚIONEZI FAȚĂ DE FAMILIA TA , ÎNTR-O MANIERĂ POZITIVĂ, DE ACCEPTARE, IUBIRE, COMUNICARE EFICIENTĂ
- INVEȚI SĂ PRIVEȘTI DIN ALTĂ PERSPECTIVĂ RELAȚIILE INTRAFAMILIALE ȘI DIFERENȚELE DINTRE TINE ȘI PĂRINȚII TĂI
- EXERSEZI TEHNICI DE CUNOAȘTERE ȘI EXPLORARE INTRAFAMILIALĂ TRANSGENERAȚIONALĂ

DEVII EROUL VIEȚII TALE

- exersezi strategii de schimbare personală pozitivă, de transformare a provocărilor în oportunități de creștere spirituală
- înveți din propriile rezultate și alegi, în mod conștient, să trăiești frumos, în echilibru și armonie cu tine și cu ceilalți
- îți antrenezi potențialitatea maximă a resurselor personale - creativitatea, automotivarea, claritatea în gândire, asumarea de Sine, congruența minte - emoție- comportament

6



E CINEVA ACOLO CARE TE ASCULTĂ ȘI TE AJUTĂ SĂ TRĂIEȘTI EXPERIENȚE CARE TE SCOT DIN ZONA DE CONFORT, DAR TE ADUC ȘI TE MENȚIN ÎN STAREA BUCURIEI DE A FI CEEA CE EȘTI - UN COPIL, UN PREADOLESCENT, UN ADOLESCENT, UN TĂNĂR ADULT MINUNAT

7

DACĂ ...



Vrei să te cunosti mai bine?
Vrei să știi spre ce carieră să te indrepți?
Vrei să inveti cum să înveți?
Vrei să-ți valorifici potențialul creativ?
Vrei să dezvolți abilități de management personal, emoțional, relațional?
Vrei să vorbești despre tine și frământările tale?
Vrei sa te dezvolți, să generezi soluții creative la provocările zilnice?

Atunci acesta este spațiul potrivit pentru a crea și a trăi experiențe de învățare și transformare autentică și conștientă !!



Pentru ca, mai apoi, să devii EROUL fiecărei zile trăite la potențial maxim!





Te descoperi și te re-descoperi, te inventezi si te re-inventezi!

ALEGI să devii O VOCE pentru tine și pentru generația ta!

MULȚUMESC !

