**Fișă de lucru – Cine sunt eu? Descoperă-ți punctele forte**

**Clasa:** a IX-a

**Disciplina:** Dirigenție / Consiliere și Orientare
**Obiectiv:** Elevii identifică punctele forte, valorile și pasiunile proprii pentru a-și crește încrederea în sine și a-și planifica activitățile școlare și personale.

**Partea I – Puncte forte și interese**

1. Notează **3 lucruri la care te consideri bun/ă**:
2. Notează **3 activități care îți plac și te fac fericit/ă**:
3. Reflectă și răspunde: **Există activități care apar și în cele două liste?**

**Partea II – Autoevaluare și valori**

1. Scrie **3 valori personale** care contează pentru tine (ex.: respect, prietenie, responsabilitate):
2. Care sunt **3 calități ale tale** de care ești mândru/ă?

**Partea III – Plan de acțiune**

1. Alege **o activitate concretă** pe care o poți face săptămâna aceasta pentru a-ți folosi un punct forte:
2. Cum te poate ajuta această activitate să devii mai bun/ă sau să te simți mai încrezător/încrezătoare?