

Tunned Sa ennast?

SELGITUS: Seda harjutust on hea teha noortega enne välismaale minemist. Enesetunnetus on teadlikkus oma soovidest, tunnetest, mõtetest ja käitumisest. See on justkui vundament, millele rajame kujutluse endast ning millega me kõrvutame meid ümbritseva maailmaga seostuvaid mõtteid.

HARJUTUS: Alljärgnev joonis aitab noorel oma enesetunnetusest parema ettekujutuse saada. Palu noortel vastata jutumullides olevatele küsimustele.



ANALÜÜSIGE KOOS: Palu noortel mõelda kirjapandu peale ning analüüsida seda. Hea enesetunnetus võib meil aidata välismaa tundmatutes oludes kohaneda. Tundmatu keskkonnas võidakse meie ettekujutus enesest proovile panna, mille tulemusena võib meie enesetunnetus suureneada või võime hakata endast teistmoodi mõtlema. Uutes oludes võib selguda, et meie endi meelest veel arendamist vajavad küljed osutuvad hoopis meie tugevimateks külgedeks ja vastupidi.