



Foundation għal Servizzi ta' Harsien Soċjali  
Hawn għalik

# TEEN OUTSIDE THE BOX

## Ħarsa Ġenerali tal-Programm



### Informazzjoni ġenerali

- Programm offrut mill-Aġenzija Sedqa.
- Jinkorpora 4 lezzjonijiet ta' 45 – 50 minuta
- kull lezzjoni.
- Huwa follow-up tal-programmi preventivi li jsiru fil-livell primarju.
- Użu tal-ktejjeb, preżentazzjonijiet u logħob interattiv.



### Sessjoni 1: L-istima personali u ħiliet biex tkampa

- Ngħinu lill-istudenti jifhmu x'inhi l-istima tagħhom infushom u għaliex hija importanti.
- Nesploraw strategiji ta' kif wieħed ikampa b' mod tajjeb u b' mod ħażin.
- Nibnu għarfien dwar kif l-istima tagħhom infushom tinfluwenza l-għażliet.
- Nipprattikaw tekniki sempliċi ta' kif wieħed jindirizza sitwazzjonijiet fil-ħajja ta' kuljum.



### Sessjoni 2: Kif nieħdu deċiżjonijiet u l-pressjoni minn nies tamparna

- Ngħinu lill-istudenti jifhmu x'inhi l-pressjoni minn nies tamparna u kif taffettwa l-għażliet.
- Nesploraw id-differenza bejn pressjoni pożittiva u negattiva.
- Nipprattikaw strategiji biex nieħdu deċiżjonijiet kunfidenti u indipendenti.
- Insaħħu l-ħiliet biex nirreżistu l-pressjoni negattiva.



### Sessjoni 3: Reżiljenza

- Ngħinu lill-istudenti jifhmu x'inhi r-reżiljenza u għaliex hija importanti meta jaffaċċjaw l-isfidi.
- Nesploraw strategiji biex tirkupra minn stress jew sitwazzjonijiet diffiċli.
- Ninkoraġġixxu ħsibijiet pożittivi u kif naslu għas-soluzzjonijiet biex negħlbu l-ostakli.
- Nibnu l-kunfidenza fl-immaniġġjar tal-pressjoni minn nies tamparna.



### Sessjoni 4: Niġbru kollox flimkien

- Nirrevedu l-ħiliet ewlenin li tgħallimna fis-sessjonijiet preċedenti.
- Inħeġġu lill-istudenti jirriflettu fuq il-progress personali matul il-programm.
- Ngħinu lill-istudenti jistabbilixxu kif jistgħu japplikaw dawn il-ħiliet fil-ħajja ta' kuljum.
- Inrawmu sens ta' kunfidenza u biex jagħmlu għażliet tajbin għalihom.



### Affarijiet oħra

- Sessjoni online għall-ġenituri/gwardjani legali u/jew edukaturi.
- Ktejjeb:  
<https://fsws.gov.mt/wp-content/uploads/2025/09/TOTB-2025.pdf>
- Tqassim ta' freebies.
- Nagħtu informazzjoni dwar servizzi disponibbli.