

**ȘCOALA  
PRIMA CĂLĂTORIE SPRE LIBERTATE**

COORDONATOR: PROF. FLORENȚA VĂTĂMANU

ECHIPA DE REDACȚIE  
Prof. Camelia BADEA  
Prof. Gianina BUSUIOC  
Prof. Loredana CHELMU  
Prof. Vasile LUPU  
Prof. Marius NEMȚANU  
Prof. Magdalena MIRCEA  
Prof. Luminița NECHITA  
Prof. Gabriel RACOVITĂ  
Prof. Cornelia TANASĂ  
Prof. Pavelina TĂUNE  
Prof. Florența VĂTĂMANU

Nr. 4  
2019

ISSN 2537-2645  
ISSN-L 2537-2645

## ÎN LOC DE PREFATĂ

### **Locul și importanța autocunoașterii în cadrul activităților de consiliere**

Consilier școlar, prof. NECHITA LUMINIȚA

„Autocunoașterea” are o importanță particulară în procesul de *Consiliere și Orientare*. Procesul respectiv este chiar mai semnificativ decât luarea la cunoștință a rezultatelor evaluărilor psiho-diagnostice sau aprecierilor externe, pentru că autocunoașterea înseamnă confruntarea impresiilor despre sine cu cele ale altora și extragerea unei concluzii realiste, punerea în balanță a realizărilor personale, a potențialităților, a calităților și trăsăturilor individuale etc. de care individul este conștient că le are și le poate pune în valoare.

Rolul activităților de consiliere și orientare este de a stimula la elev dezvoltarea abilităților de autoevaluare a propriilor caracteristici și de autoreglare emoțională și comportamentală în situații diverse legate de viață și carieră. Activitățile de autocunoaștere au rolul de a oferi o perspectivă de ansamblu asupra unor dimensiuni relevante ale personalității elevului: imaginea de sine, aptitudinile și abilitățile personale, sistemul lui motivațional, emoțiile și mecanismele de apărare și adaptare, autoeficacitatea percepută.

Funcționarea eficientă în mediul socio-profesional contemporan este facilitată de capacitatea de autocunoaștere și autoreglare eficientă a persoanei. Dificultățile pe care le întâmpină unii tineri în încercarea lor de a face față solicitărilor contemporane, dar și dificultăților specifice copilăriei și adolescenței ridică, în mod serios, problema necesității achiziției de către elevi a unor strategii de autocunoaștere și dezvoltare personală.

Cunoașterea de sine, ca act de reflectare a personalității complexe a unui individ în propria-i conștiință, presupune o bună capacitate de auto-analiză, realism, intuiție, luciditate, interiorizarea și utilizarea corectă pentru sine a criteriilor de evaluare, responsabilitate. Pentru ca autocunoașterea să fie obiectivă, elevul trebuie să fie atent ghidat pentru a dobândi maturitatea psihologică să o facă, să cunoască și să interpreteze corect reperele sau indicatorii definatorii ai personalității, să posede metodele și tehnicile individuale de evaluare, să-și dezvolte mecanismele de compensare sau de auto-stimulare a acelor trăsături insuficient dezvoltate etc.

Autocunoașterea se învață și școala este principalul loc de realizare a acestui proces, alături de familie, cerc de prieteni etc. În măsura în care individul consideră realiste mesajele

evaluărilor care-i parvin și aderă la acestea, se conturează treptat o imagine de sine în conformitate cu aceste informații. În sfera mesajelor externe de confirmare (sau nu) a capacităților și trăsăturilor proprii, orice persoană include și propriile constatări, ca urmare a activității sale încununate de succes sau eșec. Desigur, că procesul auto-cunoașterii are dinamica sa marcată de subiectivism, reevaluări, corecții, confirmări, re-ierarhizări valorice și se poate concretiza în suport psihologic pentru acțiunea de concretizare a unor proiecte cu privire la carieră sau pot rămâne la un simplu act de introspecție pasivă.

În ziua de azi, datorită presiunilor de tot felul, datorită crizei de timp “impuse” la nivel mondial ("Totul trebuie făcut azi, aici, acum..."), activitățile și relațiile noastre au o altă viteză, sunt mai superficiale și mai lipsite de consistență. Avem puține astfel de momente când suntem în contact cu sinele nostru, cu acea parte "adevărată" din noi care poate uneori ne sperie prin conținuturile ei tot mai diversificate. Universul imaginar, uneori fantasmatic a scăzut. Universul ludic a fost înglobat, pentru marea majoritate, de o lume pragmatică guvernată de reguli și roluri în care trebuie să performăm la cel mai înalt standard și unde nu e loc de eșec.

Cei care înțeleg importanța autocunoașterii recunosc ca ea este un produs al maturizării și diversificării experiențelor sinelui în contact cu lumea și un proces discontinuu de acumulări, restructurări, adaptări reciproce ale individului la realitatea socială. Nici când pe deplin împlinită, autocunoașterea se configurează prin proiecții succesive ale individului în spațiul său de exprimare, ca reflectare și autorefectare ideatică / acțională.

„Cine sunt Eu? Cum recepționez mesajele pe care Alții le îndreaptă către mine? Cum apar în ochii celor din jur, cunoscuți sau necunoscuți? Știu cu adevărat ce impresie fac sau mă îmbăt cu gândul că ceilalți au aceeași imagine pe care o am eu însumi despre prestația mea? Pot suporta ideea că nu sunt așa cum aș dori să fiu sau îndepărtez cât mai mult de mine acest gând inconfortabil? Voi suporta mai bine mediul meu social și profesional dacă voi avea o imagine exactă despre mine sau e de preferat să cred că ceilalți mă apreciază așa cum aș dori eu?” (A Neculau, „Cunoaște-te pe tine însuți”).

Dar cum ne cunoaștem? Cronologic vorbind, metoda cel mai des utilizată de către psihologi a fost **introspecția** – privirea înlăuntru, examenul sinelui. Maxima fundamentală a înțelepciunii în viață „*Cunoaște-te pe tine însuți*” (Thales) – îndeamnă la introspecție. Ne putem conduce bine viața dacă ne cunoaștem felul de a fi, puterile și limitele gândirii și ale

comportamentului propriu. Încă din primii ani de școală, elevul trebuie ajutat să se privească în

3

oglină, să se „măsoare”, să se analizeze, să învețe apoi cum să contribuie la propria formare astfel reușind cu succes să-și prezinte produsele muncii, să-și corijeze unele defecte. Nu se poate păși înainte fără *autocunoaștere*. Cadrele didactice trebuie să-l ajute pe elev să-și cunoască imaginea, fizică și comportamentală, să știe care sunt reperele necesare pentru o bună relaționare cu lumea exterioară și cea interioară.

Introspectia este una dintre metodele care îl pot ajuta pe elev în demersul autocunoașterii, dar nu trebuie uitat că: pentru a-și forma o reală imagine despre sine acesta trebuie să-și desfășoare cea mai mare parte a activităților în colectivitate, să colaboreze, să comunice, să asculte, să acționeze în grup, să studieze pe cei din preajma sa astfel încât să-și poată estima valorile personale. Mecanismele introspecției se raportează la un Eu încremenit, fixat într-o poziție favorabilă față de sine adesea aflată în dezacord cu realitatea. Nu trebuie uitat faptul că Eul evoluează continuu, el nu reprezintă o instanță neutră, amorfă, el trimite și primește continuu mesaje de la etajele sale superioare și de la mediul său.

Data fiind importanța autocunoașterii la vârsta școlarității și nu numai, am considerat utilă trecerea în revistă, fie și minimală, a câtorva aspecte generale ale acestei problematici. Rămâne în grija consilierului / dirigintelui să dezvolte și să completeze tabloul prin activități personalizate cu elevii / părinții / profesorii.

#### **Sugestii pentru activități practice:**

1. **Familia mea** - elevii sunt rugați să-și reprezinte întreaga familie printr-un desen, după care își va descrie în fața clasei familia. Se alocă suficient timp pentru exprimarea gândurilor și întrebările colegilor.
2. **Plicul cu fapte bune** - elevii sunt rugați să reprezinte printr-un desen o „faptă bună”, să dea un titlu sugestiv și să descrie în fața colegilor fapta pe care a desenat-o. Se alocă suficient timp pentru exprimarea gândurilor și întrebărilor colegilor.
3. **Personajul meu preferat** - fiecare elev va prezenta personajul lui preferat – din poveste sau desene animate argumentând ce anume îi place la acel personaj. Se vor evidenția calitățile și defectele personajului ales.
4. **Obiectul preferat** - fiecare elev va aduce un obiect preferat – care îl reprezintă, elevii sunt solicitați să ghicească cărui elev aparține obiectul, cel care a identificat „proprietarul” va

trebui să prezinte ce anume l-a condus la respectiva persoană. Fiecare

4

„proprietar”, odată identificat, va trebui să explice în ce fel îl reprezintă obiectul respectiv.

5. **Surpriza** - elevii sunt așezați în cerc, în mijlocul cercului se va pune o cutie în care li se spune că se află un lucru deosebit și special. Fiecare elev este invitat să vadă acel lucru „secret”, astfel încât el să se reflecte în oglinda așezată în cutie. După ce fiecare a văzut lucrul secret este rugat să spună grupului ce a văzut – se va insista pe trăsăturile fizice, accentuându-se deosebirile dintre persoane.
6. **Drepturi și responsabilități** – elevii vor completa fișa de lucru „Drepturi și responsabilități”, urmând ca în continuare să întocmească o listă cu responsabilități în clasă, în familie, în societate.
7. **Cine sunt eu?** – se va discuta despre asemănări și deosebiri dintre persoane, după care elevii vor completa fișa de lucru „Cine sunt eu?”. Elevii vor citi fișele în fața colegilor, eventual își pot găsi „frați” prin asemănări, preferințe.
8. **Consecințe** - elevilor le vor fi prezentate principalele reguli de conduită, urmând ca în continuare să completeze fișa de lucru – „Consecințe”, în care sunt invitați să găsească o consecință pentru comportamentul inadecvat care apare în fișă.
9. **Eu și ceilalți** - elevii vor completa fișa de lucru „Eu și ceilalți”. În continuare, pe baza răspunsurilor la fișa de lucru vor fi discutate responsabilitățile pe care le au la școală, în familie și în societate.
10. **Respectarea diferențelor individuale** - elevii vor completa fișa de lucru „Ce îmi place”, urmând ca în continuare să se accentueze faptul că suntem diferiți, dar în același timp egali, și trebuie să acceptăm și să-l respectăm pe cel de lângă noi.
11. **Ghici cine este?** – fiecare elev, pe un cartonaș, scrie o scurtă prezentare a propriei persoane. Se împarte clasa în două grupe, iar cartonașele se pun în două cutii separate. Pe rând se citește câte o prezentare, elevii din cealaltă grupă vor trebui să identifice autorul (încercați să nu sugerați genul persoanei căreia îi aparține descrierea. Câștigă grupa care a realizat cele mai multe identificări corecte.

**12. Discursul la o petrecere** - Toți elevii se adună într-un cerc și-și imaginează că se află la o petrecere. Ei își închipuie că au în mână un pahar cu suc. Unul câte unul, elevii ridică mână și rostesc un discurs laudativ la adresa lor. După fiecare discurs, elevii se prefac că sorb din paharul cu suc, în conformitate cu discursul.

5

**13. Ne lăudăm** - Toți elevii se adună în cerc. Unul câte unul elevii spun propoziția următoare, completând-o cu un aspect pozitiv despre ei înșiși: „Nu vreau să mă laud, dar ...”. Elevii ar putea fi timizi în a-și exprima realizările. De aceea ar fi de folos să începem noi învățatorii primii. Subliniem faptul că în timpul acestei activități lauda de sine ar trebui să fie pozitivul și că ea nu ar trebui să facă pe nimeni să se simtă stânjenit pentru complimentele exprimate.

**14. Ne lăudăm prin desene** - Această activitate ar putea fi mai eficientă decât act. 11 și 12 în cazul în care mulți elevi din clasă sunt rezervați sau timizi. S-ar putea ca elevii să aibă nevoie de câteva minute pentru a se decide ce să deseneze. Li se cere să arate celorlalți desenele lor.

**15. Roata emoțiilor** – pe un cadran confecționat din carton se reprezintă diverse emoții. Elevii vor învăț pe rând brațul roții, oferind exemple de situații în care au trăit emoția respectivă. Se numește tipul emoției – pozitivă sau negativă, se oferă sinonime sau antonime pentru denumirea ei.

**16. Cine sunt eu? & Cum ma vad colegii?** – exerciții întreprinse pentru depistarea calităților personale și pentru conștientizarea asemănărilor și deosebirilor care pot exista între persoane.

**17. Analiza SWOT** – puncte tari, puncte slabe, oportunități și amenințări.

Exercițiu-joc: Realitatea și percepția ei



- *gândești pozitiv* – ai văzut o fată; -
- *gândești negativ* – ai văzut o babă; -
- *ceea ce văd eu nu este neapărat ceea ce este de fapt;*
- *mai este și un alt fel de a vedea lucrurile.*

Concluzii:

- dacă gândești mereu pozitiv, nu vezi partea negativă a lucrurilor și nu o poți preveni / contracara – trebuie să ne educăm să vedem și partea negativă;

- vedem o parte limitată a realității, avem o viziune limitată asupra realității; să evităm răspunsurile categorice, să dăm răspunsuri relative; nu putem niciodată să enunțăm adevărul absolut, ceea ce spunem este o singură perspectivă; când cineva spune ceva cu care nu suntem de acord, acesta poate fi și un nou punct de vedere;
- realitatea vine spre noi pe mai multe canale, iar noi acceptăm să primim doar unul; deși recunoaștem că sunt mai multe puncte de vedere, ne atașăm de ideea că doar unul este corect, de obicei al nostru;
- ideea ar fi să părăsești punctul tău de vedere încercând să-l înțelegi și pe al celuilalt: empatia care nu se declară ci se trăiește.

Utilizând aceste procedee de lucru, elevul va reuși tot mai bine să vorbească despre sine, să fie obiectiv cu propria persoană, tranșant la nevoie, să apeleze la modestie atunci când se cere, să-și construiască o imagine pozitivă în jur, să-și corecteze defectele, să-și croiască un drum meritat.

7

### **Importanța autocunoașterii în alegerea carierei**

Autocunoașterea sau cunoașterea de sine se dezvoltă odată cu vârsta și cu experiențele prin care trecem. Pe măsură ce persoana avansează în vârstă, dobândește o capacitate mai mare de a se cunoaște pe sine. Totuși, niciodată nu vom putea afirma că ne cunoaștem pe noi înșine în totalitate; cunoașterea de sine nu este un proces care se încheie odată cu adolescența sau tinerețea.

Confruntarea cu evenimente diverse poate scoate la iveală dimensiuni noi ale personalității, care sunt deja consolidate, însă cu care intrăm în contact numai în anumite contexte. Unul dintre aceste evenimente joacă un rol deosebit de important în cadrul procesului cunoașterii de sine. Este vorba despre **momentul alegerii carierei**, care - afirmă specialiștii - poate fi asociat cu dobândirea identității profesionale, numai odată ce se realizează integrarea și adaptarea inițială la profesie.

Există însă situații în care această adaptare este resimțită în plan afectiv ca un « șoc », datorat confruntării între realitate și ideal, între investițiile afective ale tânărului în activitatea



profesională și feedback-ul primit din partea angajatorului. Așteptările pe care tinerii le au față de primul loc de muncă variază în funcție de motivațiile profesionale ale acestora, care devin în prezent din ce în ce mai concentrate în jurul nevoii de statut și de securitate financiară. La polul opus acestui tip de motivații, se află așa-numitele « motivații intrinseci », care au ca sursă dorințele, nevoile, și trebuințele proprii fiecăruia dintre noi, cu care din păcate intrăm prea puțin în contact, riscând a ne « înstrăina » treptat de sine, și a ne crea o falsă identitate socială și profesională.

A alege o profesie care nu se potrivește cu ceea ce ești și cu adevăratele tale dorințe este ca și cum te-ai privi într-o oglindă care deformează imaginea. Inșă este posibil ca într-o zi aceasta să se spargă și să fie nevoie să cumperi o alta nouă. Uităndu-te în ea, vei putea fie să constăți că nu este nicio diferență, fie că există discrepanțe între imaginea veche și cea nouă, această experiență având în unele cazuri efecte pozitive sau negative în planul imaginii de sine, și deci, al cunoașterii de sine.

Este de datoria profesorilor să organizeze în așa fel activitățile de consiliere și orientare, încât elevii să nu ajungă în asemenea situații, care ar putea naște stări de anxietate, îndoială față de sine și chiar față de ceilalți.

8

### **Autocunoașterea emoțională**

Autocunoașterea emoțională se referă la recunoașterea și denumirea emoțiilor. Emoțiile sunt produse de neurotransmițători ce au efecte și structuri specifice. Fiecare are o “semnătură” proprie, producând efecte specifice asupra corpului (de exemplu asupra temperaturii pielii) și gândurilor (de exemplu determinând concentrarea atenției asupra unei anumite probleme). Dezvoltarea autocunoașterii emoționale începe prin “racordarea” la limbajul emoțiilor.

Iată câteva sugestii de activități practice care pot fi folosite cu succes în demersul de autocunoaștere emoțională:

- ✓ **Puneți întrebări** persoanelor cu un nivel ridicat de autocunoaștere emoțională, astfel încât să vă dezvoltați vocabularul și nivelul de înțelegere.
- ✓ **Jocul “de-a filmul mut”**: Creați-vă obiceiul de a-i observa pe ceilalți, mai ales atunci când sunteți în compania unor persoane cu un nivel de autocunoaștere emoțională ridicat.

Ghiciți ce simt ceilalți doar prin observarea mimicii și reacțiilor lor corporale. Aceasta vă va permite să deveniți mai conștient/a de semnalele non-verbale emise de emoții și apoi să le denumiți.

- ✓ **“Scanarea corporală”**: Cel puțin de cinci ori pe zi, folosiți câte 6 secunde pentru a vă controla starea corpului. Descoperiți ce simțiți, începând cu degetele de la picioare și mergând până în creștetul capului. Observați dacă există zone ale corpului care sunt tensionate, relaxate, calde, reci, confortabile sau inconfortabile. Urmăriți dacă puteți descoperi anumite momente ale zilei, evenimente sau activități care să corespundă cu o anumită stare fizică. Acest lucru vă va ajuta să deveniți mai conștient/a de legătura dintre emoții, manifestările lor corporale și efectele acestora.
- ✓ **“Vocabularul emoțional”**: Creați o listă de cuvinte cu conotație emoțională. Incepeți prin a găsi cât mai multe sinonime pentru următoarele cuvinte: Furios, Trist, Surprins, Dezgustat, Fericit, Incredător.

Consilier școlar,  
Nechita Luminita

9

### PROIECTE DIDACTICE

#### ***Dă BLOCK agresivității. Și „glumele” dor. Stop Cyberbullying!***

**Profesor** : Tanasă Cornelia

**Data** : 31.10.2018

**Clasa**: a VI-a B

**Domeniul**: Dezvoltare socio-emoțională

**Scopul activității**: implicarea elevilor în reducerea fenomenului cyberbullying prin informarea online și offline a altor elevi sau adulți interesați.

**Obiective**:

O1.să înțeleagă ce este fenomenul cyberbullying;

O2.să prezinte caracteristicile cyberbullying-ului din perspectiva celor trei roluri implicate: victimă, agresor, martor;

O3.să identifice efectele cyberbullying-ului asupra celor implicați.

**Strategie:** exercițiu de energizare, explicația, conversația, studiu de caz, problematizarea, descrierea, reflecția.

**Resurse:** tabla, videoprojector, prezentare ppt., fișe de lucru

### **Bibliografie:**

[www.oradenet.ro](http://www.oradenet.ro) Ghidul Facilitatorului. Dă Block agresivității. Și „glumele” dor. Stop Cyberbullying!

### **Derularea activităților:**

**1. Moment organizatoric:** Elevii sunt rugați să deseneze pe un post-it un emoticon care să prezinte starea lor din acest moment.

### **2. Întrebări de reflecție:**

- Credeți că experiențele pe care le avem pe Internet influențează modul în care ne simțim și cum acționăm? În ce fel?
- Care ar fi o situație fericită în care comunicarea prin intermediul Internetului ne oferă o stare de bine?
- Aveți un exemplu concret din experiența de pe Internet în care sunt implicate și alte persoane poate să ducă la o stare foarte neplăcută?
- Care sunt tipurile de emoții pe care le cunoașteți?

10

### **3. Prezentarea fenomenului cyberbullying**

**Cyberbullying**-agresiune pe internet, agresiune online

**Vorbim de cyberbullying, ori de câte ori o persoană:**

- trimite mesaje răutăcioase și/sau amenințătoare unei alte persoane, folosindu-se de dispozitive mobile sau internet;
- răspândește în mediul virtual zvonuri, mesaje de discreditare sau dezvăluie secrete neplăcute despre o altă persoană, afectându-i în mod negativ reputația;
- trimite mesaje negative pe telefonul altei persoane, atât SMS-uri, cât și mesaje trimise prin intermediul unor aplicații online, de cele mai multe ori sub identitate falsă sau ascunsă;
- creează spații virtuale (website, blog, cont de Facebook) cu conținuturi în care altcineva este ridiculizat (filme, desene, fotografii, texte etc.);
- sparge contul de e-mail al altei persoane și se folosește de identitatea acesteia pentru a trimite

mesaje sau materiale de amenințare menite să producă suferință;

- inițiază discuții în care anumite persoane sunt invitate sau păcălite să dezvăluie informații personale, care sunt ulterior trimise altora;
- trimite altora fotografii compromițătoare ale unei persoane, fără a avea consimțământul acesteia;
- folosește parola altei persoane pentru a-i modifica profilul pe rețele de socializare sau a posta în numele acesteia conținuturi și mesaje jignitoare la adresa altora;
- exclude deliberat alte persoane din liste de contact sau grupuri de comunicare online;
- postează mesaje false, jignitoare sau menite să producă suferință, în diverse spații virtuale.

#### **4. Studii de caz: Vizionare clip video**

-Elevii sunt invitați să vizioneze prima secțiune a resursei video – **Clipul cu Andrei protagonist- „perspectiva victimei”**.

După vizionarea clipului sunt puse următoarele întrebări pentru a ghida discuția:

- Descrieți, pe scurt, ce se întâmplă în secțiunea video tocmai vizionată? • Este un scenariu realist?
- Care este protagonistul poveștii?
- Care sunt celelalte personaje?
- Ce se întâmplă între aceștia?
- Cum ați descrie personajul principal?
- Credeți că este bine că Andrei îi trimite colegului Bogdan pozele trimise de Denisa, fără să îi ceară acordul?

-Elevii vor viziona secțiunea a doua a resursei video-**Clipul cu Bogdan protagonist- “perspectiva martorului”**

• Descrieți, pe scurt, ce se întâmplă în secțiunea video tocmai vizionată. -Elevii vor viziona secțiunea a treia a clipului video-**Clipul cu Denisa și Ioana protagoniste- „perspectiva agresorului direct și indirect”**

11

#### **5. Efectele Cyberbullyig-ului asupra celor implicați**

După ce elevii au descris ce au observat, sunt invitați să reflecteze asupra emoțiilor, nevoilor și comportamentelor pe care le observă la fiecare personaj.

- Ce tip de emoții simte fiecare persoană?
- Ce nevoi stau în spatele comportamentelor acestora? Ce credeți că vrea fiecare personaj, de fapt?
- Care sunt consecințele pe termen scurt, mediu și lung dacă astfel situații se repetă? • Dacă ați fi colegi cu aceștia, ce comportamente credeți că ați avea față de fiecare personaj?
- Acum că ați vizionat toate cele trei perspective, cum putem fi mai buni și mai atenți cu colegii noștri?

Toate persoanele implicate în situații de cyberbullying au sentimente neplăcute. În diverse situații de viață se întâmplă să considerăm normal să facem lucruri fără să analizăm consecințele sau impactul asupra noastră, a celorlalte persoane și a relației dintre noi și acest lucru are consecințe pentru noi toți cei implicate sau cei care asistă.

Exemple din clip:

- Andrei trimite pozele mai departe lui Bogdan fără să îi ceară acordul explicit Denisei.
- Bogdan și Denisa nu îl sprijină pe Andrei și nu iau o atitudine să îi pună o limită Ioanei să descurajeze comportamentul agresiv sau să o întrebe ce se întâmplă cu ea în viața personală.
- Ioana îi ia telefonul fără permisiune prietenei sale și îi trimite mesajele private într-un loc public și apoi instigă și pe alții să îl batjocorească pe Andrei.

-Elevii sunt întrebați dacă au întâlnit sau auzit despre astfel de situații.

-Elevii vor viziona finalul ultimului clip și vor puncta elementele cheie ale Cyberbullyingului, care sunt particularitățile sale și ce efecte poate avea.

12

## **Valorile mele, valorile poporului meu**

**Profesor:** Vătămanu Florența

**Data:** 21.11.2018

**Clasa:** a VIII-a A

**Modulul:** Educația pentru valori

**Componenta educației:** Educația pentru valori

**Valori și atitudini:** -respect și încredere în sine și în ceilalți;

- recunoașterea unicității fiecărei persoane;
- aprecierea valorilor tradiționale românești.

**Competențe specifice:** identificarea relației dintre calitățile personale, valorile personale și reușita personală

**Obiective:**

- să definească termenul –*valoare*;
- să descopere valorile personale, care le ghidează existența;
- să exerseze propriul sistem de valori în acord cu cel promovat de societate;
- să ierarhizeze și să valideze valorile personale și cele naționale;
- să-și dezvolte o imagine de sine pozitivă.

**Metode:** discuția, conversația, studiul de caz, problematizarea, cooperarea, brainstorming, jurnalul cu dublă intrare etc.

**Material bibliografic:** *Revista de teorie și practică educațională a Centrului Educațional „Media Pro”*, nr.1 (35), 2006, *O perspectivă asupra valorilor tinerilor români*, British Council - filmul animat *Joy and heron*, Passion Picture, <http://www.passion-pictures.com>

DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Momente le lecției	Conținutul informațional-formativ		Strate gii didacti ce
	<i>Activitatea profesorului</i>	<i>Activitatea elevilor</i>	
1. Momentul organizatori	Consemnarea absențelor, enunțarea scopului lecției și pregătirea climatului socio-afectiv necesar	Elevii de serviciu comunică absenții Pregătirea fișei de lucru	

c	actului învățării.		
<p>2. Reactualizar ea unor cunoștințe anterioare</p> <p>3. Captarea atenției Anunțarea temei lecției și a obiectivelor</p> <p>4. Dirijarea învățării</p>	<p><b>Exercițiu de energizare:</b> numiți trei aspecte importante pe care vi le doriți în viață Anunțarea lecției noi, precum și a competențelor specifice și a obiectivelor operaționale.</p> <p><b>Scurtă incursiune în lumea valorilor 1.</b> La ce vă gândiți atunci când auziți cuvântul <b>valoare</b>?</p> <p><b>2. Știm să identificăm și să apreciem valorile?</b> -Oferă spre vizionare un film, din care elevii vor extrage o listă de valori  -Împarte elevii în 4 grupe. Fiecare grupă primește câte un obiect: <b>grupa I</b> – un album de familie, <b>grupa II</b> – o floare, un album de artă, <b>grupa III</b> – o carte sfântă (Biblia), <b>grupa IV</b> – o carte de Istoria Românilor, steagul României</p> <p><i>Ce valori vă inspiră obiectele pe care le aveți în față?</i> <b>-Pentru a realiza o ierarhie a valorilor naționale, alegeți trei calități reprezentative pentru poporul român și ordonați-le după preferințe!</b></p> <p><b>3. România cu bune și cu rele</b></p>	<p>- Elevii scriu pe postituri trei aspecte importante pe care le urmăresc în viață și apoi, prin negociere, vor stabili un top al celor mai importante aspecte din viața oamenilor.</p> <p>-formulează definiții proprii ale termenului „<b>valoare</b>” ;</p> <p>-vizionează filmul animat <i>Joy and heron</i>, Passion Pictures și apoi identifică, pe baza acestuia, cât mai multe valori umane;</p> <p>-elevii descoperă valorile familiei, valorile estetice, valorile religioase, valorile politice, sociale, valori individuale și valori universale. Valorile vor fi scrise pe postit-uri și atașate unui panou realizat sub forma hărții României.</p> <p>Câte un reprezentant al fiecărei grupe alege dintre</p>	<p>Brain storming</p> <p>Demonstratia Descoperirea</p> <p>Dezbateri</p>

<p>5. Realizarea feed-back ului</p>	<p>Se discută despre percepția negativă a românilor în plan extern.</p> <p>Oferă elevilor o fișă de lucru ce conține o scrisoare adresată de I.L.Caragiale lui Al. Vlahuță.(vezi anexa 1)</p> <p>Scrisoarea lui Caragiale</p> <p><b>4. România mea!</b></p> <p>Se cere fiecărei grupe de elevi să caracterizeze, printr-un cuvânt modul în care s-a desfășurat ora.</p>	<p>postiturile afișate pe fleepchart trei valori reprezentative pentru poporul român.</p> <p>Participă la discuție, oferă exemple din experienta personală, sau a familiei, a cunoscuților. Vor fi solicitați să răspundă mai ales elevii care au rude ce lucrează în străinătate.</p> <p>Comentează mesajul scrisorii primite</p> <p>Elevii citesc scrisori scrise de ei, adresate României, cu ocazia Centenarului Marii Uniri.</p>	<p>Cooperare</p> <p>Jurnalul cu dublă intrare</p> <p>Scrisoarea</p>
---	---	---	---

**Fișă de lucru**

Citește textul următor, folosind jurnalul cu dublă intrare.

- Iată cum vei proceda: subliniezi pe text o propoziție sau un pasaj din text care are un impact puternic asupra ta: fie că ți-au amintit de o experiență personală, fie că nu ești de acord cu ideile exprimate, fie că te-a intrigat cu ceva. În partea dreaptă vei explica de ce ai ales acel fragment, la ce anume te-ai gândit când l-ai citit.

*Frate Vlahuță,*

*De ce să ne facem spaimă și inimă rea  
degeaba? La noi nu e nici mai multă, nici mai*



*puțină stricăciune decât în alte părți ale lumii, și nici chiar nu s-ar putea altfel. Calitățile și defectele omenești sunt pretutindeni aceleași; oamenii sunt peste tot oameni.*

*Niciun neam de oameni nu-i mai bun sau mai rău, niciunul mai inteligent ori mai prost!*

*Așadar, să nu ne mai facem inimă rea și spaimă gândindu-ne că lumea românească ar fi mai stricată decât altele. Nu, hotarât! Neamul acesta nu e un neam stricat, e numai nefăcut încă; nu e pân'acum dospit cum se cade. E încă nelimpezit de mizeriile seculare sub care a mocnit; încă nu crede în dreptate; încă nu poate scoate din sânu-i pe cine să-i poată comanda; încă nu știe de cine să asculte - fiindcă nu are deocamdată încredere în nimeni... și astfel încă nu înțelege că în mâna lui ar sta să-și îndrepteze soarta și să dispună apoi de 'ntregul de ea.*

*Românii sunt astăzi un neam întreg de peste zece milioane de suflete, având una și aceeași limbă, extraordinar de frumoasă și de ... grea, având un mod de gândire deosebit al lui, o comoară neprețuită de filosofie morală, de humor și de poezie.*

*Să se piarza neamul românesc! - Auzi dumneata! /.../Să se prăpădească neamul românesc? Dar întoarce-se Oltul și Mureș de a'ndărăteala către obârșia lor în creierii munților, neamul românesc tot el, neam românesc va fi...*

*Fie dată în omenire parte cât mai frumoasă și neamului românesc!*

*Dumnezeu să te țină în sfânta lui pază!*

*Al tău vechiu,*

*Caragiale"<sup>1</sup>*

<sup>1</sup> Scrisoarea adresată lui Alexandru Vlahuță, datată 1894, a fost redescoperită de "Magazin Istoric" și publicată în 2012.

POLITEȚEA  
COMPASIUNEA  
DEMNITATEA

SMERENIA  
BUNĂVOINȚA  
GENEROZITATEA  
INȚELEPCIUNEA  
ARMONIA  
SACRIFICIUL

FIDELITATEA  
PERSEVERENȚA  
ALTRUISMUL  
RĂBDAREA  
ÎNȚELEGEREA  
HĂRNICIA  
IERTAREA  
CREDINȚA ÎN DUMNEZEU  
DEVOTAMENTUL  
EGALITATEA  
DREPTATEA  
BOGĂȚIA  
AUTORITATEA  
SUCCESUL  
PRIETENIA  
**VALORI MORALE**

INTELIGENȚA  
RESPONSABILITATEA  
SIMPLITATEA

CULTURA  
FAMILIA  
EDUCAȚIA  
PATRIOTISMUL  
ONESTITATEA  
IERTAREA  
DRAGOSTEA  
MODERAȚIA  
RESPECTUL  
BUCURIA DE A TRĂI  
SĂNĂTATEA  
CREATIVITATEA  
LIBERTATEA  
RESPECTUL DE SINE  
PUNCTUALITATEA  
CULTURA  
COMPASIUNEA  
MUNCA  
ADEVĂRUL  
BINELE  
CINSTEA

## **EU, ADOLESCENT**

*Colegi și prieteni la vârsta adolescenței*

## **Profesor: Badea Camelia**

Clasa: a VII-a A

**Competență generală:** Cunoașterea fenomenelor psihice, a componentelor și trăsăturilor specifice adolescenței în scopul dezvoltării de relații armonioase cu cei din jur;

### ***Obiective operaționale:***

Elevul va fi capabil:

**O<sub>1</sub>** - să identifice caracteristicile adolescenței.

**O<sub>2</sub>** - să elaboreze un stil personal de analiză a relațiilor cu membrii familiei, cu colegii și prietenii

**O<sub>3</sub>** - să demonstreze atitudini pozitive față de sine și față de alții.

**O<sub>4</sub>** - să-și formeze unele reprezentări și noțiuni despre colegialitate și adevărata prietenie.

**O<sub>5</sub>** - să dorească să realizeze relații de prietenie autentică.

**O<sub>6</sub>** - exemplificarea unor situații de presiune ale anturajului

**O<sub>7</sub>** - diferențierea între presiune pozitivă și negativă a anturajului

### ***Strategii didactice:***

**Metode și procedee:** conversația, explicația, ciorchinele, exercițiul, problematizarea, observarea, studiul de caz, explicația, completare chestionar, brainstorming

### ***Mijloace de învățământ:***

- fișe de lucru de lucru, document video, prezentare PPT, imagini

- laptop, videoproiector, coli de hârtie, markere, post-it

**Forme de organizare:** activitate frontală, individuală, pe grupe

## DESFĂȘURAREA LECȚIEI

ETAPELE LECȚIEI	RESURSE PROCEDURALE					EVALUARE
	de conținut	de timp	forme de organizare	metode și procedee	mijloace didactice	
<b>1. Organizarea activității</b>	<p>* Salutul</p> <p>*Asigurarea condițiilor necesare pentru lucrul în echipă</p> <p>*Pregătirea materialelor necesare pentru desfășurarea activității</p> <p>*Scurtă discuție cu elevii despre caracteristicile vârstei adolescenței, temă abordată în lecția anterioară</p>	5 mi n	Activitate frontală directă prin formulare de întrebări și răspunsuri oferite de elevi	Conversația		*observarea comportamentului elevilor
<b>2. Reactualizarea unor cunoștințe anterioare</b>	<p>*Reactualizarea conținuturilor anterioare legate de autocunoaștere și dezvoltare personală</p> <p>*Brainstorming: Caracterizează adolescența printr-un singur cuvânt</p> <p>*Prezentarea poeziei despre propria persoană cu titlul ”Eu sunt”, pe care elevii au creat-o anterior pornind de la indicațiile date</p>	10 mi n	Activitate frontală directă Activitate individuală – prezentarea poeziilor create de elevi - urmată de	Conversația Brainstorming Ciorchinele	Poezii create de elevi pornind de la indicațiile date	*frontal, prin răspunsurile la definițiile solicitate *individual prin aprecieri ale creațiilor prezentate de elevi

			evalua re frontal ă			
<b>3.Captar ea atenției Anunțar ea temei lecției și a obiectiv elo r</b>	*Conștientizarea elevilor cu privire la faptul că adolescența este o etapă în viața unui om în care elevii învață să construiască relații importante cu cei din jur.	5 mi n	Activi tat e fronta la direct ă	Viziona re de documen t video – observați a, lectura explicati vă Convers ați a	Docum en tul video “Trenu l”	*frontal, prin răspunsurile la întrebările adresate

<p><b>4. Dirijarea învățării Relații interumane importante în viața de adolescent</b></p> <p><b>a) În familie</b></p> <p><b>b) În clasă</b></p> <p><b>c) În grupul de prieteni</b></p>	<p>*Evidențierea importanței relațiilor pe care le stabilim cu persoanele din viața noastră.</p> <p>* Stabilirea principiilor conform cărora acționăm în relațiile interpersonale.</p> <p>* Completarea chestionarelor și discutarea schimbărilor care au survenit în ultima perioadă între părinți și adolescenți</p> <p>*Caracterizarea relațiilor între colegi</p> <p>Identificarea elementelor pozitive și negative în relațiile la nivelul colectivului de elevi și propunerea de soluții pentru îmbunătățirea acestora</p> <p>* Definirea prieteniei, trăsăturilor unui prieten adevărat.</p> <p>Importanța prietenilor în viața adolescenților.</p>	<p>15 mi n</p>	<p>Activitate individuală</p> <p>Activitate frontală directă</p>	<p>Completarea de chestionare și fișe individuale</p> <p>Conversația</p> <p>Dezbateri</p> <p>Explicația</p> <p>Analiza</p> <p>Reflecția</p> <p>Prezentarea</p> <p>Argumentarea</p> <p>Comentariul</p>	<p>Chestionare</p> <p>Fișe de lucru</p> <p>individuale</p> <p>Document video</p> <p>“Poveste a impresiionantă a doi copii”</p> <p>Prezentare PPT</p>	<p>frontal, prin implicarea în dezbateri</p> <p>gradul de completare a fișelor individuale</p> <p>observarea sistematică: gradul de implicare a fiecărui elev în rezolvarea sarcinii; pertinenta răspunsurilor și argumentelor folosite ca exemple</p>
--	--	------------------------	--	---	--	--

<p><b>5)</b> <b>Feedback prin raportarea la obiectivele propuse inițial, cu solicitarea elevilor</b></p>	<p><i>*<u>Studiu de caz</u></i> Adolescenții și grupul de prieteni – presiuni pozitive și negative Elevii vor primi o fișă cu texte ce prezintă comportamentul unui adolescent în diferite situații apărute în colectivul de elevi și în grupul de prieteni. Elevii vor trebui să identifice problemele și să ofere soluții în fiecare caz. Acestea se prezintă și se dezbate în grupul-clasă.</p>	<p>7 mi n</p>	<p>Activitate individuală</p> <p>Activitate frontală directă</p>	<p>Studiul de caz Analiza Reflecția Conversația Comentariul Argumentarea Dezbaterile</p>	<p>Text suport</p>	<p>Gradul de implicare al elevilor în dezbateri. Pertinența argumentelor folosite și a soluțiilor oferite</p>
--	--	-----------------------	--	--	--------------------	---

20

<p><b>6)</b> <b>Încheierea lecției</b></p>	<p>*Aprecieri globale și individuale asupra activității *Explicitarea titlului activității dintr-o nouă perspectivă</p>	<p>3 mi n</p>	<p>Activitate frontală</p>			<p>Aprecieri globale și individuale</p>
--	---	-----------------------	----------------------------	--	--	---

### Fișă de lucru

**Eu, adolescent**

*Colegi și prieteni la vârsta adolescenței*

**I. Caracterizați vârsta adolescenței din perspectiva voastră printr-un singur cuvânt.**

**II. In familie**

Completează următoarele fraze așa cum îți sugerează începutul:

- Pentru mine părinții sunt .....

- Părinții cred că sunt prea mic pentru.....
- Mă simt bine când părinții îmi spun.....
- Părinții au / nu au încredere în mine să .....
- Cred că responsabilitățile pe care le am în familie sunt..... - Aș vrea să am ..... ani deoarece.....

## II. *Colegialitate și prietenie*

Completați următoarele propoziții:

- Colegii mei sunt .....
- Îmi apreciez colegii deoarece.....
- Mă deranjează când unii colegi.....
- Nu-mi place când colegul/colega de bancă .....
- Aș dori ca unii colegi să .....
- Mă simt bine cu colegii mei când .....
- Mă supăr în momentul în care unii colegi .....
- Colegii mi-au dat de înțeles că nu le place la mine .....
- Colegii îmi spun că le place la mine.....

## III. *Răspunde la următoarele întrebări:*

Ce tip relații ar trebui să existe într-un colectiv de elevi?

Ce tip de comportament sau atitudine provoacă uneori neînțelegeri, conflicte, tensiune în clasa noastră? Ce ar trebui schimbat?

21

## IV. *Completați următoarele propoziții:*

- Pentru mine prietenia înseamnă.....
- Pentru mine un prieten este .....
- Nu mă poate convinge nimeni să.....
- De obicei mă las influențat de prieteni când.....
- Când colegii/prietenii mă contrazic..... -Dacă un prieten mă îndeamnă să fac un lucru pe care îl consider greșit .....

## V. *Răspunde la următoarele întrebări:*

De ce am nevoie de prieteni?

Ce calități trebuie să aibă prietenii mei?

Ce defect/tip de comportament nu aș accepta niciodată din partea unui prieten?

Un coleg de clasă îți poate deveni prieten?

Ce presupune o prietenie adevărată?

Cum credeți - o prietenie poate influența o persoană numai pozitiv sau și negativ?



## VI. În grupul de prieteni

### Situații – studii de caz

#### Te afli în următoarele situații:

- A. Colegii pe care-i admiri cel mai mult și cu care ai vrea să fii prieten, te invită în sfârșit cu ei în oraș. Vă distrați de minune, dar la un moment dat unul dintre ei scoate un pachet de țigări și îi servește pe toți. Tu nu fumezi, dar toți ceilalți fumează și se oferă “să-ți dea lecții”. *Ce faci?*
- B. Unii colegi te ironizează pentru că ești prea ascultător/ascultătoare cu părinții și profesorii. *Cele răspunzi?*
- C. Prietenii tăi din clasă îți propun să faceți o farsă urâtă „tocilarului” clasei. Tu nu ai nimic cu el, îl consideri un băiat de treabă. *Ce faci?*
- D. În ultima perioadă, câteva colege din clasă, pe care le consideri prietene, stau împreună în recreație, vorbesc în șoaptă, chicotesc uitându-se la tine într-un mod ironic. *Cum procedezi?*
- E. Unul dintre prietenii tăi din clasă deranjează repetat o oră de curs și răspunde impertinent d-lui profesor. Ca urmare, d-l profesor cere scăderea mediei la purtare a acestuia. Toți prietenii îl compătimesc și consideră că d-l profesor este nedrept și că-l persecută. *Care este atitudinea ta?*

22

### De ce învăț eu?

**Profesor:** Tăune Pavelina

**CLASA:** a V-a

**ARIA CURRICULARĂ:** Consiliere și orientare

**OBIECTUL:** Dirigenție

**COMPONENTA:** Managementul informației și al învățării

**Scopullecției:** de a identificași stimulacomponentele motivaționaleale elevilor într-o manieră mai creativă; dezvoltarea încrederii elevilor în forțele proprii.

**OBIECTIVE OPERAȚIONALE** - La sfârșitul orei elevii vor fi capabili:

- O1** – să definească conceptul de învățare ( a învăța );
- O2** – să înțeleagă motivele care îi determină activitatea
- O3** – să-și conștientizeze necesitatea motivației interioare a învățării.
- O4** – dezvoltarea creativității elevilor ;
- O5** – implicarea activă prin transpunerea într-un personaj al poveștii, cu posibilitatea de a oferi un final personal;

**STRATEGII DIDACTICE**

**METODE ȘI PROCEDEE:** conversația, explicația, expunerea, problematizarea, lectura, jocul de rol, chestionarul, vizionare (clip educațional, desene animate)

**MIJLOACE DE ÎNVĂȚĂMÂNT:** filme motivaționale, cărți, dicționarul elevului, chestionare, laptop, videoproiector.

**BIBLIOGRAFIE**

- *Îndrumar de dirigenție*, autori Mirela Comșa, Maria Puia, Editura Niculescu, București, 2007.
- *Consiliere și orientare*, autori Daniela Sălăgean, Steliana Eliade, Editura Eurodidact, Cluj-Napoca, 2007.
- *Ora de dirigenție*, autori Elena Irimie, Monica Robea, Mircea Ionel, [www.didactic.ro](http://www.didactic.ro)

23

### DESFĂȘURAREA ACTIVITĂȚII

Moment organizatoric – 2min

-se vor constitui grupe de 4-5 elevi

-vor fi amplasate mijloacele tehnice (laptopul, videoproiectorul)

-discutarea pe scurt a eventualelor probleme apărute de la ultima oră de dirigenție

Spargerea gheții : **PUNGA CU SURPRIZE** -3min

Scopul: - autocunoaștere și autoprezentare - realizarea de asocieri

Materiale necesare: - o pungă cu diferite obiecte

Într-o pungă se pun diferite obiecte. Elevii extrag, pe rând, câte un obiect din pungă și prezintă celor din jur un motiv pentru care ei cred că se aseamănă cu obiectul respectiv. După ce un elev își termină prezentarea, pungă merge la elevul următor care, la rândul lui, extrage un obiect și găsește asemănări între el și obiectul respectiv.

Ex. de obiecte: o jucărie de pluș, un fruct, o legumă, un articol vestimentar etc...

Activități specifice temei

Motivarea elevilor pentru activitate –5min

Vizionarea unui clip educațional:

<https://www.youtube.com/watch?v=Tjnq5StX68g>

Se discută pe seama videoclipului.

(Un tânăr modest, dar foarte muncitor, în drumul său spre muncă și la întoarcerea acasă, face o mulțime de fapte bune: are grijă de plante, animale, oameni care au nevoie de o mână de ajutor, de sărmani și, mai ales, ajută cubaniomama și fetița ei care cerșeau "pentru educație" (conform cartonașului afișat). Într-o zi, tânărul constată că fetițanu mai e lângă mama ei și e vizibil îngrijorat. Aici, filmulețul se oprește și elevii sunt provocați să răspundă la întrebarea: "Ce credeți că s-a întâmplat cu fetița aceea sărmană și mereu tristă?"

După mai multe păreri, filmulețul se pornește din nou. Fetița se apropie de mama ei, curată, pieptănată, într-o frumoasă uniformă, zâmbind fericită. Faptul că acum, în sfârșit, putea merge la școală, o făcea fericită. Se insistă asupra faptului că tânărul făcea toate acele lucruri fără aștepta nimic material în schimb... Tot ceea ce primea în schimb erau emoții, sentimente, dragoste.)

Elevii răspund la ultima întrebare din filmuleț: **Dar tu, ce-ți dorești cel mai mult? 2.**

Anunțarea temei și a obiectivelor activității -2min

*În timp ce vizionam filmulețul mă întrebam dacă și voi vă doriți la fel de mult ca fetița aceea să mergeți la școală. Oare școala vă face și pe voi fericiți sau este doar o corvoadă, un lucru pe care trebuie să-l faceți doar pentru că așa vă spun părinții, profesorii... că trebuie? Școala vă face și pe voi fericiți așa cum era fetița aceea? Este școala, învățătura importantă? De ce învățăm noi? Iată o temă asupra căreia ne vom opri în această oră la dirigiență.*

Prezentarea noului conținut –35min

*Pentru început vom completa un chestionar. (Anexa 1) Trebuie să răspundeți sincer! E un test al sincerității... Mai apoi vom discuta ca între prietenii pe marginea lui. Vom spune povești cu tâlc, vom lucra în echipe, vom fi și creativi și mici actori...*

După completarea chestionarului, propun elevilor să atribuie valoare pozitivă sau negativă diferitelor motive enumerate. Se notează semnul (+) sau (-), evidențindu-se calitatea superioară a motivelor pozitive. Se identifică și

24

**motivele interioare** (de simțul datoriei, din plăcerea de a învăța, pentru a-și forma personalitatea...) și **motivele exterioare** (frica de note, dorința de a lua premiu, etc.) Se subliniază rolul motivelor = motorul, mobilul general al activității umane. (Nimic nu realizăm dacă nu avem un impuls, un mobil, un înbold) și importanța curiozității ca dorință puternică, captivantă de a ști.

*Învățarea sub pasiunea motivelor exterioare sau negative, dispare odată cu stimulul care generat-o (pedeapsa, recompensa, nota, examenul).*

*Singura motivație cu acțiune durabilă este cea intrinsecă, pozitivă. Experimental s-a dovedit că 60-*

70% din ceea ce învățăm pentru o lucrare sau un examen, se uită în următoarele treizeci de zile. Acest lucru se explică și prin constatarea că "învățarea" pentru o anumită dată condiționează uitarea după data respectivă. S-a efectuat un experiment: două grupe au avut de învățat același conținut în aceleași condiții. Unei grupe i s-a spus că va fi examinată peste o săptămână, celeilalte nu i s-a precizat data, dar i s-a spus că va fi verificată.

La termenul fixat primei grupe, aceasta a avut rezultate mai bune. Dar după trei luni, grupa fără termen mai știa 76% din ceea ce a învățat iar cealaltă doar 8%. Așadar, învățarea sub presiune (notă, examen) favorizează uitarea. Niciodată nu spuneți "Nu-mi place, nu pot!" Reușiți doar să vă autosugestionați și condiționați negativ. Mai bine să luăm exemplul **BROSCUȚEI** (anexa 2) din desenul animat –*The little frog*)

### **Povestea broscuței**

Un grup de broaște călătoreau printr-o pădure. La un moment dat, două dintre ele au căzut într-o groapă adâncă. Când celelalte broaște au realizat cât de adâncă este groapa în care au căzut cele două broaște, au început să se agite pe margine, să facă multă gălăgie să le spună celor din groapă că situația lor este imposibilă... că nu vor reuși vreodată să iasă de acolo și că sunt deja ca și moarte. Cele două broaște au ignorat însă ceea ce li se spunea și săreau cât puteau de sus, sperând că au să ajungă să sară pe marginea groapei și să se salveze. Broaștele de pe margine continuau să se vaiete și să le spună că nu-i nicio speranță... distanța e mult prea mare și asta le este soarta... vor muri în groapă, sigur.

În cele din urmă, una dintre broaște, obosită, s-a oprit să se odihnească și, auzind că broaștele de pe margine, încep să plângă și... n-a mai sărit.

(În acest moment al animației, filmulețul se oprește (epus pe standby) și televiziunile întrebați ce ar face ei dacă ar fi în locul broscuțelor din groapă. Mai apoi sunt povocati să dea sfaturi broscuțelor din groapă, după care se vizualizează tot filmulețul.)

Cealaltă broască însă a continuat să sară tot mai sus... cât putea de sus. Broaștele de pe margine s-au unit într-un cor și o rugau pe broască să aștepte ca apa de ploaie să umple groapa și poate așa vor putea să iasă afară. Dar broasca din groapă, încăpățânată, asărit din ce în ce mai sus, până când...

<https://www.youtube.com/watch?v=Yy-7exFxiNk>

Și acum o altă povestioară, la al cărei final veți participa și voi.

Activitatea de final, este un exercițiu care identifică și stimulează componentele motivaționale ale elevilor într-o manieră mai creativă. Instrumentul propus constă în implicarea elevilor într-o poveste. La început elevii ascultă pasiv povestea și, spre final, sunt implicați activ prin transpunerea într-un personaj, cu posibilitatea de a oferi un final personal.

Secitește povestea din anexa 3, «**Povestea fiului de împărat cenușos și învețe**».

La final, li se cere elevilor, să-și imagineze că sunt chemați la marea adunare de către împăratul din țara neștiutorilor de carte. Sunt rugați să se gândească, ce ar spune copilului de împărat sau ce ar face pentru a-l

convinge să învețe și, astfel să rupă blestemul ce s-a abătut asupra familiei regale din acele ținuturi de poveste?

Elevii trebuie să lucreze pe grupe.

**Grupa 1:** redactează o **scrisoare**, adresată fiului de împărat, prin care să îl convingă să înceapă să învețe tainele scrisului și ale cititului.

**Grupa 2:** compune o scurtă **poezie** prin care să-l convingă pe fiul de împărat că școala este importantă  
**Grupa 3:** alcătuiește un **desen** cu imaginea unei școlii sau a unei săli de clasă, pentru a-l atrage pe fiul de împărat, spre școală.

**Grupa 5:** echipa "Zânelor bune" - rostesc o formulă magică pentru a rupe vraja

vrăjitoarelor După 15 min. se prezintă lucrările. Elevii vor fi încurajați cu aplauze.

**Asigurarea feedback-ului – 3 min.**

Fiecare elev va lipi o fișă (anexa 4) pe care va scrie cum s-a simțit în timpul orei, vor face aprecieri referitoare la activitatea grupelor și a clasei

a) da b) nu

II. Ai putea încerca să înveți mai mult?

a) da b) nu c) nu știu

III. Pentru cine înveți? Bifează:

pentru viață  pentru diplomă (certificat)  pentru note  pentru premiu  pentru laudă  
 din ambiție  din rușine  din datorie  din atașament pentru profesori  din dorința  
de a ști  din plăcerea de a învăța  de frica pedepselor  pentru a reuși la examen   
pentru formare  pentru a mulțumi părinții  pentru mine  pentru că așa trebuie  alt  
motiv. Care? .....

IV. Există persoane în viața ta (părinți, bunici, prieteni) care te recompensează material dacă ai rezultate bune la școală?

a) da (răspunde la întrebările V.1) b) nu (răspunde la întrebările V.2.) V.

1. Crezi că acest lucru e singurul care te motivează?

a) da b) nu

2. Te-ar motiva astfel de recompense?

a) da b) nu

VI. Care este lucrul pe care îl faci doar pentru tine?

.....

..... VII. Fiecare om evoluează în felul său. Tu ce crezi că vei face peste zece ani?

.....  
.....  
.....  
.....

A fost odată ca niciodată un împărat dur și neînduplecat al cărui domeniu se numea „**Împărăția neștiutorilor de carte**”. În acest ținut îndepărtat, niciun supus nu avea voie să învețe carte, cu excepția familiei regale și a unor bătrâni cărturari, slujitori ai castelului, ce învățau noile generații domnești să scrie și să citească. Se înțelegea deci că nici un slujitor din acest regat nu cunoștea tainele învățaturii. Băim mult, cine era prins că dorește să învețe să citească și să scrie era pedepsit prin ardere pe rug.

Dar, cum pământul există și excepții, iată că în Împărăția neștiutorilor de carte trăia de foarte mult timp (că până și moartea uitase de existența ei) o vrăjitoare ce știa să scrie, să citească și chiar să facă tot felul de vrăji bune sau rele, după sufletul omului. Văzând că bătrânețurile o apăsă din ce în ce mai mult, vrăjitoarea înțeleaptă se hotărîse și ia pe lângă ea un ucenic pentru a-l învăța taina cărților și care să ducă mai departe minunea cititului și scrisului. Din păcate, ucenicul a dovedit a fi un trădător; dorind să fie avansat în rang de către împărat, a dat-o pe bătrâna vrăjitoare în mâinile gărzilor castelului.

Acestea, grăbite să execute ordinele împăratului, au pregătit rugul pe care să fie arsă adouă zi vrăjitoarea. Împărăteasa, văzând pregătirile sumbre, i se făcu milă de bătrânețurile vrăjitoarei și l-a rugat pe împărat să-i cruțe viața și să o păstreze în castel alături de slujitorii învățați ai castelului. Dar împăratul, neînduplecat, a hotărât executarea acesteia.

Dându-și seama că nu mai are scăpare, vrăjitoarea, înainte de a-și ispăși pedeapsa, a blestemat familia regală să aibă parte de un băiețel care, deși va fi foarte deștept, când va veni vremea să înceapă a desluși tainele învățaturii, să nu dorească cu nici un chip să învețe să scrie și să citească. Făcându-i-se milă de suferința din ochii împărătesei, vrăjitoarea mai prezis că acest blestem va putea fi dezlegat doar de un copil din altă împărăție ce merge la școală, care după ce vorbi cu fiul de împărat, îl va convinge pe acesta să învețe.

Iată că veni vremea și împărăteasa îl anunță pe împărat că vor fi părinți. Ce mare bucurie se așternu pe chipul împăratului care uitase demult de blestemul vrăjitoarei. Spusele bătrânei începuseră a se adevăra și împărăteasa născu un băiețel frumos și deștept, ce învăța cu atâta ușurință despre lucrurile din jur, de întreaga pezece ca el, la un loc. Trecu un an, trecu rădoi, trecu rășase și se apropia vremea când băiatul trebuia să înceapă pregătirea pentru carte. Dar copilul nici că se gândea la carte. El prefera mai mult să se joace prin grădinile interminabile ale castelului, să asculte poveștile bătrânilor slujitori, să facă tot felul de șotii dădăcelor... dar de învățat, nici vorbă!

Tare se mai întrista împăratul când vedea că propriul său copil, atât de deștept și de dragă laș, refuza cu încăpățănare să învețe. Își aminti în cele din urmă de vorbele bătrânei vrăjitoare și înțelesecudurere că blestemul acesteia s-a împlinit. Dar își mai aminti și de vorbele legate de dezlegare a vrăjii, așa că se hotărî să chema pe toți copiii știutori de carte din ținuturile cele mai apropiate până la cele mai îndepărtate și care să stea de vorbă cu copilul său în încercarea de a-l convinge să se apuce de învățat.

## CHESTIONAR

1. Mi-a plăcut .....
2. Nu mi-a plăcut .....
3. M-am plictisit când .....
4. Mi-a fost greu când .....
5. Colegii mei au fost de nota .....
6. Eu am fost de nota .....
7. Dirigintei mele îi dau nota .....

..... pentru că .....

28

## **Mama**

**Profesor: RACOVITĂ GABRIEL**

DATA: 15 martie 2019

DOMENIUL DE INTERVENȚIE: Comunicare și abilități sociale

TIPUL DE ACTIVITATE: Consiliere psihologică de grup

SCOPUL: Dezvoltarea capacităților de relaționare pozitivă în familie

COMPETENȚE SPECIFICE:

să descrie credințele despre ceea ce înseamnă a fi un părinte bun sau rău  să analizeze modalitățile de acțiune asupra educației adolescenților din perspectiva rolului de părinte

să identifice modalități de optimizarea a comunicării eficiente cu părinții

să analizeze legătura așteptări-responsabilități în relația părinte-adolescent

să identifice atitudini potrivite în familie

METODE DE CONSILIERE: discuția facilitată, observația, completarea de fraze, exercițiul

MIJLOACE: fișe de lucru, creioane colorate, pixuri, coli, markere, flipchart. GRUP TINTĂ:

26 elevi, clasa a VIII-a C

DURATĂ: 50 min

### **Desfășurarea activității**

#### **Exercițiul 1- Exercițiu de spargere a gheții**

Cer elevilor să completeze individual următoarele fraze cu primele gânduri care le trec prin minte.

a. O mamă bună este cea care.....

b. O mamă rea este cea care.....

Intrebări pentru discuții:

1. A fost ușor/greu să completați frazele?

2. Există corespondențe între ceea ce ați spus și viața reală?



Concluzii :

Se sintetizează aspectele care fac un părinte să fie considerat de adolescent ca fiind bun, dar și aspectele care-l fac pe părinte să fie văzut de adolescent ca fiind rău.

### Exercițiul 2- Moștenirea de familie

Vă invit să vă îndreptați din nou gândul către mamele voastre. Priviți-le cu ochii minții și amintiți-vă cum sunt ele, ca oameni, cu calități și defecte. Indreptați-vă acum către creioanele colorate din fața voastră, luați câte o coală albă și **redați cu ajutorul cuvintelor sau al diferitelor simboluri, desene, trăsături pozitive ale mamei** voastre, calitățile pe care le apreciați la ea.

Ce trăsătură descrie cel mai bine personalitatea mamei? Ce are ea unic?

Defecte..

Ce am moștenit de la mama mea?	Ce mi-ar fi plăcut să moștenesc?
Ce ar fi fost cel mai neplăcut să moștenesc?	Ce mi-ar plăcea să moștenească copiii mei de la mine?

Completați cu ajutorul creioanelor colorate fiecare cadran. Observați gândurile care vă trec prin minte și emoțiile asociate lor odată cu fiecare linie trasată pe foia de hârtie. Concluzii :

Se.....

### Exercițiul 3- Piramida dorințelor

Elevii sunt solicitați să completeze individual cele 2 piramide de mai jos.

A. Ce dorește mama de la mine?

B. Ce doresc eu de la mama mea?

Modalitatea de realizare: individual

Intrebări pentru discuții:

1.Există diferențe între cele 2 piramide?

2.Care dintre dorințele părinților este mai greu de îndeplinit? Dar mai ușor? 3.Ce credeți ca ar

determina schimbarea ierarhiei dorințelor din piramida dorințelor pentru adolescenți?

30

4. Cum v-a ajutat acest exercițiu?

Concluzii: Prin completarea celor două piramide, se pot corela propriile așteptări cu cele ale părinților. Este un exercițiu util pentru conștientizarea raportului cerere-ofertă în relația cu părinții, cât de mult se așteaptă de la părinți, și în același timp cât de mult se oferă din ceea ce așteaptă părinții de la adolescent.

#### **Exercițiul 4- Aceeași poveste, dar cu detalii diferite**

Elevii vor primi câte o fișă de lucru. În fișa de lucru este notată o poveste. Din această poveste lipsesc anumite detalii. În spațiile goale fiecare elev trebuie să noteze diferite aspecte (trăiri, reacții, gânduri etc) considerate din punctual lui de vedere potrivite pentru conținutul prezentat.

După ce elevii au completat spațiile lacunare din poveste, voi citi informațiile comune din poveste, iar elevii (unul câte unul) vor continua cu informațiile notate în spațiile lacunare.

Întrebări pentru discuții

1. Cât de greu sau de ușor a fost să vă imaginați situația dată? Ce-ați simțit?
2. Cum credeți că s-a simțit mama în această situație?
3. Ați fost vreodată într-o situație asemănătoare?
4. Cum credeți că v-a ajutat acest exercițiu de imaginație?

Concluzii.....

*Anexe**Aceeași poveste, dar cu detalii diferite*

Era o seară ploioasă. Acest lucru mă făcea să fiu trist/ă și lipsit/ă de dorința de a vedea pe cineva, de a face ceva, orice, chiar nimic. Mă gândeam că poate ar fi mai bine să.....  
 ..... Dar totuși eram indecis/ă. Să.....  
 ..... sau m-aș simți mai bine dacă.....  
 .....

Dintr-odată, aud bătăi la ușa camerei mele. Cineva dorește să vorbească cu mine, fără a ști că eu..... Spun “DA?”  
 și... intră pe ușă mama. “Of!” mă gândeam eu. “Oare.....?”  
 .....

-Dorești să vii la masă? Am terminat acum de pregătit mâncarea ta preferată.....! Am văzut că ești cam ..... în această seară, așa că am vrut să.....

“Hmm!”- ziceam eu în sinea mea. “Ce drăguț din partea ei! Chiar ador când face lucruri din acestea, dar.....”. -Nu

am chef acum! i-am spus eu destul de.....

Dar.....

“Iar am făcut-o de oaie!”- gândeam în sinea mea, când mama a ieșit din cameră destul de.....”De ce nu pot....., poate ar fi.....”. Mă uitam afară cum plouă, cum loveau stropii mici geamurile într-o seară destul de ..... Și atunci mă gândeam “Ce-ar fi să .....?”

Cred că dacă ....., mă voi simți poate și eu .....

Fără să stau mult pe gânduri am ieșit din cameră și ..... În final, seara nu s-a dovedit atât de .....

32

### ***PIRAMIDA DORINȚELOR***

***A. Ce dorește mama mea de la mine?***

Cea mai mare dorință

Cea mai mică dorință

***B. Ce doresc eu de la mama mea?***

Cea mai mare dorință

Cea mai mică dorință

**CUM ABORDEZI POZITIV DISCIPLINAREA  
COPILULUI Profesor: NECHITA LUMINIȚA**

**OBIECTIV GENERAL:** Cunoașterea și aplicarea de metode și tehnici specifice prin care să se poată influența și direcționa pozitiv comportamentul copiilor

**ACTIVITĂȚI:**

- Disciplină pozitivă versus disciplină negativă
- Așa Da, Așa Nu
- Cum știu eu să disciplinez
- Disciplinarea pozitivă se poate învăța
- Sfaturi pentru un părinte de nota 10

**METODE:** exercițiul, discuție facilitată, studiul de caz, brainstorming, lucru în grup

**DURATA: 6 ore**

**Activitatea 1**  
*Disciplină pozitivă versus disciplină negativă*

**Obiectiv:** înțelegerea conceptului de disciplină pozitivă

**Timp:** 60 minute

**Materiale:** flip-chart, coli de flip-chart, markere

**Etape:**

1. Participanții sunt împărțiți în 5 sau 6 grupe;
2. Participanții primesc ca sarcină să scrie, timp de 10 minute, cuvintele care le vin în minte atunci când aud expresia disciplină pozitivă și cuvintele care le vin în minte atunci când aud expresia disciplină negativă;
3. Reprezentantul fiecărei grupe va citi cuvintele identificate. Formatorul le va nota pe o foaie de flip-chart, menționând și numărul repetării unor cuvinte;
4. Se fac comparații între cuvintele specifice disciplinării pozitive și cele specifice disciplinării negative și se prezintă caracteristicile celor două tipuri de disciplină;
5. Pornind de la prezentarea caracteristicilor disciplinării pozitive și a caracteristicilor disciplinării negative, participanții sunt solicitați să formuleze câte o definiție pentru cele două tipuri de disciplinare, pozitivă și negativă;

**Prelucrare:**

*Întrebări care pot fi adresate participanților:*

- Ce a fost mai ușor, să scrieți cuvinte despre disciplinarea pozitivă sau despre disciplinarea negativă?
- Ce tip de disciplinare credeți că este mai eficient pentru educația copilului? •

Ce ați aflat nou despre disciplinarea pozitivă?

- Care sunt avantajele disciplinării pozitive prin comparație cu disciplinarea negativă?
- Acum în calitate de părinți, ce metode de disciplinare folosiți?

### **Material informativ**

#### **DISCIPLINAREA POZITIVĂ**

- ✓ Disciplinarea pozitivă reprezintă o serie de măsuri folosite de adulți pentru a contura comportamentul unui copil și a impune anumite norme, pentru a stabili limite și a educa. Ea nu presupune folosirea violenței, deși poate include impunerea unor penalități dar nonviolente.
- ✓ Disciplinarea pozitivă înseamnă focalizarea pe comportament și nu pe persoană. ✓  
Disciplinarea pozitivă înseamnă învățarea unor comportamente oferind copilului cât mai multe oportunități de învățare, a unor abilități esențiale pentru a deveni un copil responsabil și autonom, independent.
- ✓ Disciplinarea pozitivă înseamnă focalizarea pe aspectele pozitive ale unui comportament. Copii au nevoie pentru a învăța comportamente să știe ce anume au făcut bine, au nevoie de întărire/recompensare constantă, frecventă.
- ✓ Disciplinarea pozitivă presupune participarea copilului la luarea unor decizii.

35

- ✓ Disciplina nu se refera la aplicarea de pedepse copilului, ci la corectitudine in introducerea si urmarirea respectarii regulilor.
- ✓ Disciplinarea inseamna a fixa limite. Acele limite care sunt importante pentru ca cel mic, inca de mic, sa inteleaga regulile lumii, ale naturii si ale relatiei cu ceilalti. Copiii care nu primesc deloc limitari in familie, ajung sa aiba dificultati majore in adaptarea la limitarile vietii.
- ✓ Copilul are nevoie de limite rezonabile si constante. Impuse nu rigid, ci flexibil, impuse cu dragoste si in functie si de capacitatile varstei lui.
- ✓ Stabileste reguli pentru copil si invata-l sa le respecte, pentru ca el are nevoie de repere pentru o dezvoltare armonioasa si echilibrata din punct de vedere emotional. ✓ Permisivitate si disciplina, iata formula magica care poate da copilului sentimentul ca este iubit, dar si siguranta ca stie la ce sa se astepte de la parintii lui, de la lumea din jur. Autoritatea aduce copilului un grad necesar de confort.

#### **DISCIPLINAREA NEGATIVĂ / PEDEAPSA**

- ✓ Copilul este forțat să adopte un anumit comportament;
- ✓ Este aplicată după bunul plac al părintelui;
- ✓ Are sens numai pentru adult;
- ✓ Nu are legătură logică cu comportamentul inadecvat;
- ✓ Se adresează persoanei, nu comportamentului;
- ✓ Se concentrează asupra comportamentelor anterioare, amintind copilului de greșelile

făcute;

- ✓ Copilul este amenințat cu pierderea respectului sau a iubirii;
- ✓ Pune accent pe ceea ce copilul nu trebuie să facă;
- ✓ Insistă asupra respectării ordinelor;
- ✓ Poate încuraja comportamentul indezirabil;
- ✓ Pentru a atrage atenția părinților;
- ✓ Pedeapsa necesită control extern din partea altei persoane. Cei care pedepsesc nu respectă și nu au încredere în persoanele pe care le pedepsesc;
- ✓ Pedeapsa fizică nu inhibă violența, ci din contra o dezvoltă;
- ✓ Pedeapsa frustrează copilul și îi dă un model de imitat și de la care învață;
- ✓ Folosirea pedepsei dezvoltă în copil rezistența;
- ✓ Copilul învață un model agresiv de gândire și relaționare. Copiii ce au fost pedepsiți fizic, întreprind mai multe acțiuni ostile, ca răspuns la comportamentul neclar al celorlalți din jur, găsesc mai puține soluții pentru soluționarea problemelor și aleg variantele mai ostile;
- ✓ Copilul poate învăța cum să evite orice vină pentru comportamentul avut. El primește pedeapsa și astfel își permite să facă orice. El ia pedeapsa ca pe o plată pe care o plătește dar poate face tot ce vrea. În acest caz copilul nu trebuie pedepsit și astfel simțul vinovăției (consecință naturală) îl va face să regrete, ceea ce pedeapsa nu permitea.

36

## Activitatea 2

*Așa Da, Așa Nu*

**Obiectiv:** exersarea modalităților de focalizare pe comportamentul problematic al copilului și nu pe persoană

**Timp:** 60 minute

**Materiale necesare:** fișe de lucru, creioane

**Etape:**

1. Imparte grupul în două;
2. Solicită participanților să înlocuiască pe fișa de lucru formulele de adresare negativă cu formule de adresare pozitivă;
3. Invitați liderul fiecărui grup să prezinte formulele de adresare pozitivă pentru fiecare situație în parte;
4. Discutați cu participanții fiecare formulă de adresare identificată.

**Prelucrare:**

*Întrebări care pot fi adresate participanților:*

- Ce ați observat?
- Ați identificat modalități de adresare diferite față de cele pe care le aplicați în viața de zi cu zi?
- Cum credeți că v-a ajutat acest exercițiu?
- Ce schimbări ar trebui să faceți în comportamentul dumneavoastră pentru a controla într-un mod pozitiv comportamentul copilului?



### Fișă de lucru

*Așa Da, Așa Nu*

Pentru fiecare modalitate de adresare negativă identificați o modalitate de adresare pozitivă, urmând exemplul din tabel.

<b>Așa NU</b>	<b>Așa DA</b>
<i>EȘTI RĂU!</i>	<i>Mă deranjează când arunci jucăriile pe jos. Putem călca pe ele și se pot strica. Jucăriile au un loc al lor.</i>
<b>EȘTI DEZORDONAT!</b>	

37

<b>EȘTI OBRAZNIC!</b>	
<b>NICIODATĂ NU FACI CE TREBUIE!</b>	

## Tips and tricks pentru părinți

- **Oferă copilului oportunitatea de a exersa cât mai multe activități plăcute care îl fac să se simte valoros și competent.**

*Cu cât copilul va fi implicat în mai multe activități plăcute cu atât scade probabilitatea de a se implica în comportamente problematice. Specialiștii în psihologia copilului afirmă că un copilul cu cât este mai mult implicat în multe activități plăcute de joc cu atât comportamentele problematice vor fi mai scăzute ca frecvență. Implicarea părintelui în jocul copiilor sau în activitățile preferate ale copiilor este extrem de valoroasă pentru dezvoltarea cognitivă, socială și emoțională a copilului.*

- **Oferă copilului oportunitatea de a alege între două sau mai multe opțiuni.** Aceasta este o foarte utilă și eficientă modalitate prin care copiii învață să ia decizii. În loc să spui „NU” (nu face X sau Y) oferă-I copilului alternative, ce să facă. Când îi spunem unui copil ce să NU facă îi este foarte dificil să aleagă în loc un comportament alternativ. Această metodă îi distrage atenția copilului de la comportamentele problematice și în același timp îi oferă alternative de a-și petrece timpul la fel de interesant. Când folosim « NU » la o cerere a copilului acesta va învăța să folosească aceeași metodă cu d-voastră. Când îi veți cere ceva ce nu vrea să facă va spune mai ușor « NU » !

*În loc de „Nu arunca jucăriile pe jos.” poți să îi spui „Poți să te joci cu lego sau să desenezi.” În loc de «La culcare ! » poți spune copilului « e ora de culcare, îți iei pijamaua bleu sau albă ? »*

- **Evitați întrebările de tipul « De ce ai făcut comportamentul X ? » sau « De ce ești nervos/furios ? ».**

38

Acestea îi cer copilului să vă spună *cauza comportamentului său sau a emoției sale*. Sunt întrebări la care copilul nu vă poate răspunde. Important este însă ca într-o situație copilul dumneavoastră să învețe cum se rezolvă o problemă și e mai puțin important de ce a făcut acel comportament. Întrebarea « de ce » este de cele mai multe ori percepută ca o formă de judecată sau critică atât de către adult cât și de către copil. În consecință:

○ evitați să folosiți exprimări în care spuneți copilului care este cauza comportamentului : « ești neatent și de aceea ai luat o notă proastă », « ești dezordonat și de aceea nu îți mai găsești lucrurile » ; îl ajută mai mult dacă îl întrebați « ce s-a întâmplat ? » sau « ce crezi că s-a întâmplat ? », « cum te simți când te gândești la ce s-a întâmplat ? » ;

○ evitați să îl întrebați pe copil « de ce se simte ....., nervos, furios, sau trist ? » ; este recomandat să îl ajutați pe copil să își exprime verbal, în cuvinte ceea ce simte « sunt furios », « sunt nemulțumit » ; acest lucru îi dă sentimentul că este înțeles și acceptat de către d-voastră ; ○ evitați să îi spuneți copilului ce trebuie să facă, să îi dați soluții, cum să rezolve situația : « Nu te mai bate cu George », « Altădată să fii cuminte ! » ; îl ajutați mai mult pe copilul dumneavoastră prin întrebări de tipul « cum crezi că poate fi rezolvată situația ? », « ce alternative crezi că există în această situație ? ».

- **Reamintește-ți ca părinte că orice comportament problematic este o oportunitate pentru**

### **el să înveți comportamente noi, pozitive**

*De exemplu, dacă observi ca părinte că la locul de joacă copilul dumneavoastră înbrâncește un alt copil pentru a lua o jucărie această situație este o modalitate în care îl puteți învăța pe copil cum să ceară în cuvinte o jucărie și cum să interacționeze cu un alt copil fără să folosească agresivitatea.*

*Un comportament problematic al copilul poate avea mai multe cauze. Când un copil este obosit, îi este foame sau este plictisit este mult mai probabil să nu respecte regulile de comportament. Primul lucru pe care îl are de făcut un părinte în acest caz este să identifice și să rezolve cauza (oboseală, foame, lipsa unor abilități etc.). Disciplinarea o aplicăm când învățăm un copil un comportament și nu ca metodă de a « rezolva » pe termen scurt.*

### **Activitatea 3**

#### ***Cum știu eu să disciplinez***

**Obiectiv:** Cunoașterea tehnicilor de disciplinare pozitivă pentru diferite etape de vârstă

**Timp:** 90 minute

**Materiale:** fișe de lucru, coli de flipchart, markere

**Etape:**

1. Împărțiți participanții în 4 grupe de lucru;
2. Distribuți sarcinile de lucru, astfel: primul grup primește ca sarcină de lucru identificarea tehnicilor de disciplinare pozitivă pentru grupa de vârstă 3-5 ani, al doilea grup primește ca sarcină de lucru identificarea tehnicilor de disciplinare pozitivă pentru grupa de vârstă 6-8 ani, al treilea grup primește ca sarcină de lucru identificarea tehnicilor de disciplinare pozitivă pentru

39

grupa de vârstă 9-12 ani, iar al patrulea grup primește ca sarcină de lucru identificarea tehnicilor de disciplinare pozitivă pentru grupa de vârstă 13 -16-17 ani;

3. Spuneți-le participanților că pentru îndeplinirea sarcinilor au la dispoziție 30 de minute; 4. Invitați reprezentantul fiecărui grup să prezinte metodele de disciplinare identificate; 5. Solicitați participanții celorlalte grupe să intervină cu completări și întrebări de clarificare;
6. Prezentați metodele de disciplinare pozitivă recomandate pentru fiecare etapă în parte; 7. Concluzionați.

#### **Prelucrare**

- Cum a fost să lucrați în grup?
- A fost greu/ușor să identificați metode de disciplinare pozitivă?
- Ce ați aflat nou?
- Cum credeți că vă poate ajuta cunoașterea metodelor de disciplinare pozitivă? • Care dintre metodele discutate este utilizată cel mai des în educația copiilor dumneavoastră?

## **Material informativ**

### **Metode de disciplinare pozitivă**

#### **3-5 ANI**

##### **STABILITI REGULI ALE CASEI ȘI ALE FAMILIEI.**

E important să explicați copiilor ce anume așteptați de la ei înainte de a-i pedepsi pentru un anumit comportament. De exemplu, prima dată când copilul de 3 ani își folosește creioanele pentru desenarea pereților camerelor, discutați de ce nu este permis acest lucru și ce se va întâmpla dacă o face repetat. Explicați-i că va trebui să ajute la curățarea peretelui și că nu va mai avea voie să se joace cu creioanele sale întreaga după-amiază. Dacă, după câteva zile desenează iar pe pereți, amintiți-i că creioanele sunt doar pentru hârtie și puneți în aplicare consecințele.

**CONSISTENȚA (APLICAREA CONSECINȚELOR STABILITE DE FIECARE DATĂ CÂND REGULILE SUNT ÎNCĂLCATE) E CHEIA DISCIPLINEI EFECTIVE.** E important ca părinții să decidă împreună care sunt regulile și apoi să fie consistenți în aplicarea lor.

**NU UITAȚI SĂ RECOMPENSAȚI COMPORTAMENTELE POZITIVE.** Disciplina nu înseamnă numai pedeapsă. Părinții trebuie să-și amintească să recunoască comportamentele pozitive. De exemplu, ați putea spune: „Sunt mândru de tine pentru că îți împarți jucăriile cu prietenii tăi”. Această afirmație are de obicei mai mult succes decât pedepsirea copilului pentru comportamentul opus (zgârcenia și posesivitatea). Când vă laudați copilul, fiți specific (explicați ce anume v-a plăcut în comportamentul său), nu spuneți doar „ai procedat bine”.

Dacă copilul prezintă un comportament de neacceptat și constant, alcătuiți un tabel unde menționați (pentru fiecare zi a săptămânii) câte șanse îi oferiți copilului să arate acel comportament înainte de a-l pedepsi sau de câte ori trebuie să manifeste comportamentul pozitiv pentru a-l răsplăti. Aveți grijă ca tabelul să fie unul atractiv pentru copil (colorat, cu personajele îndrăgite de desene animate etc.). Afișați tabelul undeva la vedere și țineți contabilitatea zilnic.

40

Acest lucru vă va da și dvs. și copilului o viziune concretă asupra a ceea ce face el. Nu uitați să recompensați copilul pentru că a învățat să-și controleze comportamentul negativ și să aplicați consecințele atunci când limita comportamentelor negative admise este depășită.

##### **TIME OUT-UL**

Time Out-urile pot lucra bine pentru copiii de această vârstă. Stabiliți un loc convenabil pentru Time Out, ferit de factori distractori, astfel încât să forțeze copilul să se gândească la comportamentul său. Amintiți-vă că trimisul în cameră a copilului avea sens pe vremurile în care nu existau TV, computer etc. Nu uitați să stabiliți time out-ului perioada de timp. Experții spun că ar trebui să fie de 1 minut pentru fiecare an din vârsta copilului. Alții susțin că ar trebui să dureze până când copilul se calmează (pentru a-l învăța auto-controlul).

#### **6-8 ANI**

##### **TIME OUT-URILE**

##### **APLICAREA CONSECINȚELOR**

Din nou, consistența e crucială. Neținându-vă promisiunile de a aplica consecințele explicate, vă subminați autoritatea. Copiii trebuie să descopere că sunteți serioși în ceea ce

spuneți și că vă țineți de cuvânt. Asta nu înseamnă că nu puteți acorda o a doua șansă sau că nu puteți să permiteți copilului o anumită marjă de eroare, dar în cele mai multe cazuri, trebuie să înfăptuiți cele spuse.

Fiți atenți să nu faceți amenințări regretabile la mânie („Închide ușa și n-ai să te mai uiți niciodată la TV!”) de vreme ce nu le veți putea înlăpăta. Dacă îi amenințați că întoarceți mașina și mergeți acasă dacă nu încetează bătaia pe bancheta din spate, faceți exact ce ați spus.

Fiți atenți la dimensiunea pedepselor pe care le administrați. Pedepsele uriașe vă pot anula puterea de părinte. Dacă nu îi dați voie să iasă la joacă timp de o lună, copilul nu se va simți motivat să se schimbe deoarece i s-a luat deja totul.

## **9-12 ANI**

### **METODA CONSECINTELOR NATURALE**

Pe măsură ce se maturizează și cer mai multă independență și responsabilitate, faptul de a fi puși în situația să se descurce cu consecințele propriului comportament e o metodă adecvată și efectivă de disciplinare. De exemplu, dacă copilul de clasa a cincea nu și-a făcut tema înainte de culcare, ar trebui să stați treaz sau să-l ajutați să o facă? Probabil ca nu, deoarece veți pierde ocazia să-l învățați ceva despre viață. Dacă nu și-a făcut tema mai devreme, va merge la școală fără ea în ziua următoare și va primi nota mică corespunzătoare. E firesc ca părintele să vrea să-și „salveze” copilul din fața greșelilor sale dar, pe termen lung, i-ați face o favoare mai mare dacă l-ați lăsa să eșueze uneori. Va observa care sunt consecințele și este probabil să nu mai greșescă. Dacă copilul pare să nu învețe firesc din consecințele, fixați dvs. un set de consecințe pentru a-l ajuta să-și modifice comportamentul.

## **13 ANI ȘI MAI MULT**

### **FIXAȚI REGULI**

Asigurați-vă că fixați reguli privind temele, vizitele prietenilor, orele de întoarcere acasă, întâlnirile și discutați-le dinainte cu copiii pentru a nu exista neînțelegeri. Deși, adolescenții se

41

vor plânge din când în când, vor realiza că dvs. dețineți controlul. Tinerii încă doresc și au nevoie să li se pună limite care să le ordoneze viața, deși le dăruieți mai multă autonomie și responsabilitate.

Când adolescentul încalcă o regulă (se întoarce mai târziu față de ora stabilită), cel mai bun plan de acțiune pare a fi retragerea privilegiilor. Chiar dacă îi interziceți să iasă un weekend cu prietenii, asigurați-vă că discutați de ce întoarcerea acasă mai târziu cu o oră decât termenul limită e un lucru inacceptabil și îngrijorător.

**OFERIȚI ADOLESCENTULUI UN GRAD DE CONTROL ASUPRA VIEȚII SALE** Aceasta va limita numărul luptelor pentru putere și îl va ajuta să respecte deciziile pe care dvs. ca părinte trebuie să le faceți pentru el. Puteți să îi permiteți să facă alegerile proprii privind hainele pe care să le poarte, coafura, starea camerei sale. Pe măsura ce crește, universul pe care îl poate controla se poate extinde și poate include ocazional și ora de întoarcere mai flexibilă.

## **Activitatea 4**

### **Disciplinarea pozitivă se poate învăța**

**Obiectiv:** exersarea metodelor de disciplinare pozitivă

**Timp:** 2 ore

**Materiale:** fișe de lucru, pixuri

**Etape:**

### **PARTEA I**

1. Formatorul grupează părinții în 4 echipe;
2. Participanții primesc ca sarcină să completeze fișa de lucru *Activitățile copilului meu*;
3. Reprezentantul fiecărui grup este invitat să prezinte fișa de lucru.

**Prelucrare:**

*Întrebări care pot fi adresate participanților:*

- A fost greu să completați fișa de lucru?
- Ce ați constatat, aveți limite stabilite pentru fiecare activitate?
- Sunt activități pentru care copilul dumneavoastră nu are stabilite limite? • Sunteți atenți, de fiecare dată, la respectarea regulilor stabilite?
- Cum procedați dacă regulile nu sunt respectate? Dar dacă ele sunt respectate?

### **PARTEA A II-A**

1. Formatorul prezintă părinților următoarea situație:  
*Marian, elev în clasa a V-a a chiulit de la școală toată ziua pentru a se juca cu prietenii în parc. Nu este pentru prima dată când părinții lui Marian sunt înformați de diriginta clasei că lipsește de la școală;*
2. Părinții sunt solicitați să rezolve situația prezentată aplicând modelul de disciplinare pozitivă de pe fișa de lucru;
3. Reprezentantul fiecărui grup este invitat să prezinte fișa de lucru;
4. Formatorul, împreună cu participanții, prezintă beneficiile disciplinării pozitive.

**Prelucrare:**

*Întrebări care pot fi adresate participanților:*

1. Cum ați lucrat în grup?
2. Ați întâlnit situația prezentată în viața de zi ci zi?
3. Credeți că este dificil / ușor de pus în practică modelul de disciplinare pozitivă prezentat?
4. Care parte a modelului vi se pare mai dificilă? De ce?
5. Care dintre etapele modelului de disciplinare pozitivă este utilizată cel mai frecvent în educația copilului dumneavoastră?
6. Ce ați învățat din această activitate?

<b>ACTIVITĂȚI</b>	<b>Care sunt limitele potrivite copilului la vârsta lui din acest moment?</b>	<b>Cum vă poate demonstra copilul că este pregătit pentru a îndeplini această activitate în mod responsabil (ce poate face pentru aceasta?)</b>	<b>La ce vârstă vă așteptați de la copilul dvs. să poată face toate alegerile în mod autonom (singur)?</b>
<b>Programul de joacă (cu prietenii) în afara casei</b>	De exemplu: În parcul de joacă al localității (la grădiniță/ școală), 2 ore/zi, însoțite de unul dintre părinți sau bunici	De exemplu: Să revină acasă, respectând timpul indicat pentru această activitate (urmărind ceasul).	De exemplu: la 8 ani
<b>Ora de culcare</b>			
<b>Accesul la calculator și internet</b>			
<b>Sarcinile casnice (ordonarea obiectelor și/sau a camerei proprii, spălarea vaselor etc.)</b>			
<i>Adăugați alte activități importante pentru dvs.</i> ...			
...			

*Marian, elev în clasa a V-a a chiulit de la școală toată ziua pentru a se juca cu prietenii în parc. Nu este pentru prima dată când părinții lui Marian sunt înformați de diriginta clasei că lipsește de la școală.*

*Rezolvați situația prezentată după următorul model de disciplinare pozitivă:*

### **A. CE CONSECINȚE APAR?**

*Exemple de consecințe: spui că îți pare rău, pierzi un privilegiu, nu mai ieși cu prietenii la joacă în cursul săptămânii etc.*

---

---

---

---

---

### **B. PLANUL DE ACȚIUNE**

**Planul se referă la cum poți să te asiguri că nu se va întâmpla din nou.**

---

---

---

---

---

### **C. RECONCILIAREA**

**Este util ca după ce copiii au fost disciplinați să fie lăsați să facă ceva util, bun sau generos pentru a se reasigura de propria bunătate și valoare, precum și pentru a-ți oferi ție oportunitatea/șansa de a recunoaște această bunătate.**

---

---

---

---

---

---

---

---



### **Material informativ Cum disciplinez pozitiv copilul**

- A. Stabilirea reguli binecunoscute de întreaga familie (regulie casei convenite cu toți membrii și afișate într-un loc ușor vizibil)
- B. impunerea unor limite pentru activitățile permise copiilor.
- C. Identificarea/Stabilirea unor modalități de îndreptare a lucrurilor (consecințe) de către copil, conforme vârstei acestuia

*Trebuie mai întâi să ne întrebăm «Este vinovat?». Dacă răspunsul este da, trebuie să-l facem pe copil să simtă consecința faptelor sale pentru a-l ajuta să crească, pentru a-l face să înțeleagă impactul negativ al acelei fapte asupra lui și asupra celorlalți. Cuvântul consecință înseamnă urmarea pe care o poate avea un lucru sau o faptă.*

- D. Stabilirea unui plan, împreună cu copilul, prin care să te asiguri că fapta nu se va repeta  
*Planul se referă la cum poți să te asiguri că nu se va întâmpla din nou.*

- E. Reconcilierea – împăcarea cu copilul, reconstrucția relației și restabilirea încrederii reciproce

*Reconcilierea (împăcarea) implică reconstrucția relației și restabilirea încrederii copilului în el însuși și a părinților în copil.*

*Este util ca după ce copiii au fost disciplinați să fie lăsați să facă ceva util, bun sau generos pentru a se reasigura de propria bunătate și valoare, precum și pentru a-ți oferi ție oportunitatea/șansa de a recunoaște această bunătate.*

*Sunt părinți care sunt foarte buni în a se asigura că copiii experimentează consecințele alegerilor lor greșite. Nu ajung însă la R – reconcilierea de care are mare nevoie copilul (și chiar părintele, prin revenirea la o stare de normalitate, la bună dispoziție). Ei impun ascultarea (obediința) prin frică, rușine și manipulare, în loc de a câștiga cooperarea voluntară a copilului.*

*Alți părinți, pe de altă parte, trec foarte ușor peste consecințe și peste orice tip de învățătură care ar putea să ajute copilul să nu mai repete greșeala și ajung direct la R – reconciliere:*

*Oh, înțeleg! O să strângă/repere tata sau mama în urma ta!*

*Nu-ți face griji, vorbește mami cu învățătoarea/vecinul/vânzătorul!*

*Scopul nostru este să-i ajutăm să facă o alegere mai buna data viitoare și nu acela să se simtă prost, rușinați sau înfricoșați.*

45

## Activitatea 5

### ”Sfaturi pentru un părinte de nota 10”

**Obiectiv:** sintetizarea unor principii, tehnici și metode caracteristici disciplinării pozitive

**Timp:** 40 minute

**Materiale:** foi de flipchart, markere:

**Etape:**

1. Participanții sunt împărțiți în cinci grupe;
2. Fiecare grupă trebuie să scrie 5 sfaturi pentru un părinte de nota 10, sintetizând informațiile însușite despre disciplinarea pozitivă;
3. Reprezentantul fiecărei grupe va prezenta rezultatele discuțiilor. Formatorul va nota pe foaia de flip-chart elementele comune care apar la toate grupele;
4. Concluzii.

**Prelucrare:**

*Întrebări care pot fi adresate participanților:*

- Cum a fost să formulați sfaturi pentru un părinte de nota 10?
- Este ușor/greu pentru un părinte să aplice disciplinarea pozitivă?
- Ce ați spune unui părinte care nu știe nimic despre disciplinarea pozitivă?

**Sugestii de sfaturi:** Fii calm!, Fii afectuos!, Fii răbdător!, Fii onest!, Fii ferm!, Fii respectuos, Fii prezent! etc.

**Bibliografie:**

- Băban, Adriana, Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, Editura Psinet, Cluj Napoca, 2003;
- Botiș, Adina, Tărău Anca, Disciplinarea pozitivă sau Cum să disciplinezi fără să rănești, Ed.ASCR, Cluj –Napoca, 2004
- Daniela, Luca, Disciplinarea pozitivă poate fi învățată?, Ed. Media Sind, Vaslui, 2014
- Ghid pentru dezvoltarea relațiilor sănătoase între părinți și copii : o abordare pozitivă, bazată pe respectarea drepturilor copiilor / Organizația Salvați Copii. - București :

## II. REFERATE

### ROLUL FAMILIEI ȘI AL ȘCOLII ÎN FORMAREA COPIILOR ȘI ADOLESCENȚILOR

*Profesor: Mircea Magdalena*

*Profesor: Lupu Vasile*

„, Eu sunt copilul. Tu ții în mâinile tale destinul meu. Tu determini în cea mai mare măsură, dacă voi reuși sau eșua în viață. Dă- mi, te rog, acele lucruri care să mă îndrepte spre fericire. Educă- mă, te rog, ca să pot fi o binecuvântare pentru lume...”  
( din Child’s Appeal, Mamie Gene Cole)

Din perspectivă sociologică, familia este instituția fundamentală în toate societățile. Familia este „un grup social relativ permanent de indivizi legați între ei prin origine, căsătorie sau adopțiune”.

Rolul familiei este foarte important în dezvoltarea copilului, din mai multe puncte de vedere: fizic, intelectual, moral și estetic.

Din primul punct de vedere, familia se preocupă de dezvoltarea fizică a copiilor, asigurând hrana și îmbrăcămintea copiilor, ferindu- i de pericole, lăsându- le timp pentru joacă, creându- le condiții cât mai bune de odihnă și îngrijindu- se de sănătatea lor. Un regim rațional de viață nu poate avea decât urmări pozitive asupra dezvoltării fizice a copiilor. Familia le formează copiilor primele deprinderi de igienă personală și socială și îi obișnuiește să utilizeze factorii naturali ( apa, aerul soarele) pentru bunăstarea organismului. În perioada pubertății, schimbările fiziologice produse în organism pun probleme noi pentru dezvoltarea fizică a preadolescentului, însă, prin îndrumări perseverente și afectuoase, prin modificarea regimului de odihnă, prin crearea unor deprinderi igienice noi, toate acestea se rezolvă pozitiv.

Din punct de vedere intelectual, familia este primul loc unde începe educația. Aici, copiii încep să- și formeze vocabularul și modul de a se comporta cu cei din apropiere, mai întâi, învățând

primele expresii și moduri de manifestare care le vor servi în educația ulterioară sau, dimpotrivă, acelea de care vor scăpa cu greu sau deloc. Copiii, fiind foarte receptivi la tot ceea ce văd și aud, familia trebuie să fie foarte atentă la cum se manifestă în prezența lor.

Calitatea educației- a „ celor șapte ani de acasă”- depinde îndeosebi de nivelul educației părinților, dar și a celorlalți membri ai familiei, care vin în contact cu copiii, în special sub aspectul moral- comportamental. Atunci când copilul aude că se înjură și el, devenit adolescent, va înjura; atunci când de mic va vedea că se fură și el va fura, în viitorii ani; în schimb, dacă cei din jur se poartă respectuos, tot așa va face și el.

47

Convingerile și mai ales educația religioasă a familiei sunt foarte importante. Un creștin își va educa copilul în spiritul păzirii poruncilor dumnezeiești („Sa nu furi!”, „Să nu ucizi!”, „Să nu mărturisești strâmb!”, „Să cinstești pe tatăl și pe mama ta!”etc.), un fapt în consens cu cerințele oricărei societăți.

Până la trei ani, copilul învață ceea ce este bine și ce este rău, dar aceasta o face în mare parte datorită imitației ( reproduce comportamente ale adultului). De foarte multe ori, la această vârstă, pot apărea manifestări de încăpățănare și protest, adultul, prin tactul său putând influența conduita copilului. Mai târziu, în perioada preșcolară ( 3- 6 ani ), evoluția ființei umane, prin multiplicarea relațiilor cu adulții, necesită modelarea personalității. La această vârstă, copilul este mai impulsiv, capabil de emoții și sentimente, deseori își manifestă dorința în contradicție cu posibilitățile sale și cu cerințele adulților. Nu trebuie uitat că acum copiii își pot însuși noțiunile de adevăr, dreptate, dragoste de neam, dragoste de aproape, încrederea în sine, etc.

Educația morală a copiilor are bazele tot în familie, în primii ani de viață Primele deprinderi de comportament- respectul, politețea, cinstea, sinceritatea, decența în vorbire și atitudini, ordinea, cumpătarea, grija față de lucrurile încredințate- sunt noțiuni care îl vor ajuta pe copil să se orienteze în evaluarea comportamentului său și a celor din jur. Tot familia, în sens moral, îl îndrumă pe copil să fie sociabil, un bun coleg și prieten, să ajute la nevoie. În realizarea acestor sarcini, modelul parental ajută cel mai mult, părintele fiind un exemplu pentru copil.

Din punct de vedere estetic, familia îi formează copilului primele reprezentări estetice, gustul pentru frumos, deprinderea de a disocia frumosul de urât, capacitatea de apreciere a unor lucrări simple, artistice, chiar dorința de a fi el însuși creatorul unor lucruri frumoase.

Școala este locul unde copilul începe să trăiască zilnic o parte din timpul său, în cadrul unei comunități ce depășește cadrul familial. În școală copilul trebuie să înceapă să respecte reguli de comportament pentru a- și continua educația civică. Rolul educatorilor - învățători și profesori- în formarea ca cetățean a elevului este foarte mare și trebuie ca aceștia să- și cunoască menirea. În școală se clarifică noțiunile de drepturi și îndatoriri civice, de respect și supremație a legii, de democrație, de societate civilă, de patriotism și sentiment național, de cult al eroilor, de prietenie, etc. Calitatea educației civice în școală depinde de educația primită de copil în familie și de comportamentul grupului de învățători și profesori.

În perioada școlară mică ( 6- 10 ani ), apar elemente de socializare a copilului ( relații interumane, spirit de echipă), se dezvoltă sentimentul culpabilității, apar manifestări negative ca minciuna și superficialitatea, cu efecte în viața civică ulterioară.

Vârsta școlară de 10- 14 ani este o perioadă contradictorie, cu manifestări deosebite, care nu trebuie ignorate de părinți și profesori. Acum tânărul devine conștient de propria identitate și

independență. În grup, comportamentul este diferit: tinerii cu personalitate slabă, dacă nu sunt acceptați de grup se interiorizează, devin timizi sau certăreți, ceea ce le va influența viața civică ulterioară. Apar liderii, șefii care se impun prin inițiativă și îndrăzneală. În această perioadă sunt importante modelele de conduită, deoarece acum apare idealul de viață.

Vârsta școlară mare ( 14- 18 ani) este hotărâtoare pentru formarea individului. Adolescentul poate manifesta dispreț față de familie, dar și sensibilitate la judecata adultului. Comportamentul său este contradictoriu: timiditate sau agresivitate. În această perioadă este foarte important comportamentul adultului ( profesor sau părinte) care nu trebuie să fie de o indulgență excesivă, dar nici de o rigiditate crescută, care ar întreține starea de tensiune. La această vârstă, pot apărea comportamente ca: ostilitate, nonconformism, cât și încălcarea normelor sociale.

48

Deci, socializarea copilului, apoi a adolescentului se face de timpuriu. Educabilul trebuie să fie condus spre desăvârșire astfel încât să nu i se impună anumite lucruri și să nu fie pedepsit des. Numai sentimentul de libertate stimulează reflecția pentru responsabilitatea față de decizia luată. Copilul și apoi adolescentul se confruntă cu situații în care recompensele se repartizează întâmplător, deci societatea nu oferă întotdeauna modele pozitive ( exemplul tinerelor manechine care sunt repede propulsate drept prezentatoare TV, al fotbaliștilor, care, fără multă școală, adună repede avere și poziție socială, a unor prezențe de factură morală îndoielnică, care sunt aduse des în mass- media, în cadrul unor emisiuni de divertisment, fiind adoptate ca și modele de urmat, pentru tinerii cu mai puțin discernământ).

Mare atenție trebuie, din partea familiei și a școlii, la metodele folosite pentru formarea adolescenților ca și indivizi sociali. Autoritarismul și disciplina excesivă declanșează comportamente de nesupunere, disponibilitatea pentru revoltă. Acum pot apărea fenomenele de inadaptare, care conduc la infracțiuni- de la delikte infantile specifice vârstelor, până la acte de violență ale tinerilor. Aceasta se datorează unui slab control al impulsurilor rezultat din lipsa educației, frustrărilor copilăriei ( sentimentul de nerealizare a unei dorințe, imposibilitatea omului de a deține ceea ce i se cuvine), conflictelor nerezolvate, conduitei agresive din dorința de a atrage atenția, atașamentului față de un grup care manifestă violență, respectului adolescentului față de familie.

Violența ( ca exces de forță și brutalitate) se poate manifesta față de integritatea fizică ( maltratare corporală), integritatea psihică ( bruscarea și alterarea sănătății psihice și intelectuale), integritatea morală ( calomnie, condamnări nedrepte) și față de identitatea etnică, culturală și socială. Formele pe care le îmbracă violența sunt: violența fizică (bătăia), violența materială ( distrugerea de bunuri), violența morală

( nedreptatea, injuria), violența privată ( făcută de o persoană particulară), violența asupra informației ( cenzura unei cărți, a unui ziar, a unei emisiuni radio- TV), violența publică ( făcută de o instituție).

Violenței i se opune rațiunea (nonviolenta și toleranța). Toleranța presupune propria hotărâre de a nu interzice ( „tratează- i pe alții așa cum ți- ar conveni să fii tratat tu însuși!”). Educarea adolescenților în acest spirit presupune răbdare și multă pricepere.

Din punctul de vedere al formării pentru viață a adolescentului, școala are trei sarcini specifice:

- instruirea părinților privitor la lumea specifică adolescentului;

- asumarea sarcinilor părinților în acele situații, când aceștia nu vor și nu pot să adopte poziția necesară pentru dezvoltarea adolescentului;
- protecția adolescentului de impertinența, agresivitatea sau indiferența din lumea maturilor ( lucrul dirigintei, al psihologului școlar și al pedagogului social).

Adolescentul nu se poate lipsi de comunicare, la fel cum copilul nu se poate lipsi de jucării. Numai comunicând eficient cu acesta, familia, dar și școala vor avea succese în formarea pozitivă a personalității acestora.

Așa este în firescul vieții umane: adolescenții să traverseze o mare perioadă de transformări și frământări, de căutări și aflări de răspunsuri.... . Ar fi foarte rău dacă adolescenții s- ar teleporta rapid, din lumea lor miraculoasă, contradictorie, uneori plină de neajunsuri și suferințe, sclipitoare și tentantă, în lumea rece, calculată și prea preocupată de grijile zilei de

49

mâine, ale maturilor, care însă dețin cheia de aur a ÎMPĂRĂȚIEI OAMENILOR FRUMOȘI LA TRUP, DAR ȘI LA SUFLET.

#### BIBLIOGRAFIE:

1. Elias, J. Maurice, Tobias, E. Steven , Friendlander, S. Brian, „Inteligența emoțională în educația copiilor”, Editura Curtea Veche, 2007;
- 2.Hedges, Patricia, „ Personalitate și temperament”, Editura Humanitas, 2006; 3.Parlicov, Eugenia, Mija, Violeta, „ Eu și familia mea, Conversație cu adolescenții”, Editura Gunivas, 2004

## **INTERACȚIUNILE SOCIALE DIN INTERIORUL CLASEI DE ELEVI**

*Profesor Marius Nemțanu*

Clasa de elevi este în primul rând un grup formal. Pe lângă raporturile obligatorii, reglate și controlate social, în interiorul unei clase există și relații interpersonale de tip informal (relațiile de prietenie sau de dușmănie, opiniile intime, convingerile, grupările spontane după afinități). Profesorii trebuie să-și adapteze activitatea în funcție de aceste fenomene care se manifestă în interiorul colectivelor de elevi.

Interacțiunile sociale din interiorul clasei de elevi pot fi analizate la două niveluri: **relațiile profesori – elevi și relațiile elevi – elevi.**

### **1. Relațiile dintre elevi**

În interiorul clasei de elevi se stabilesc relații multiple, atât pe verticala structurii organizatorice (între liderii formali și informal și membrii grupului), cât și pe orizontală (între elevi, între un elev și un grup de elevi). După Mihai Diaconu, **relațiile interpersonale** la nivelul clasei de elevi pot fi clasificate după trebuințele care le-a generat:

- relațiile de intercunoaștere, generate de trebuința de a-l cunoaște pe celălalt, de a afla informații despre personalitatea, despre felul de a fi al celuilalt, depind de capacitatea de a se exterioriza, de a judeca, aprecia, valoriza comportamentul altuia. Lipsa preocupărilor de intercunoaștere pot determina o atmosferă de suspiciune și de neîncredere.
- relațiile de intercomunicare au la bază nevoia de schimb de informații și depind de natura mesajelor și de conținutul acestora. De exemplu unii elevi se împrietenesc din nevoia de a schimba informații despre un anumit sport, un anumit gen de muzică sau despre calculator.
- relațiile socio-afective preferențiale au la bază atracția interpersonală și includ relații de simpatie și antipatie, de preferință și de respingere reciprocă și poate fi determinate de factori precum proximitatea (colegi de bancă, vecini), similaritatea (tendința de a se împrieteni cu persoane cu care se aseamănă în plan aptitudinal, valoric, motivațional) și complementaritatea (compensarea calităților partenerilor).

Suportul emoțional primit din partea unui prieten este resimțit ca o puternică trebuință, îndeosebi atunci când se traversează perioade tensionate și încărcate cu sentimente confuze. Prietenul adevărat îl ajută pe copil să găsească soluții la probleme, să-și dobândească respectul și stima de sine, capacitatea de înțelegere a altora. În interiorul unei clase există și copii care nu sunt acceptați ca prieteni, ignorați sau chiar respinși. Aici se încadrează pe de o parte elevii cu deprinderi deficitare – agresivi, prea timizi sau prea retrași sau pe de altă parte elevi aparținând unor grupuri minoritare sau care provin din familii sărace. În aceste condiții unii dintre ei se reorientează spre diferite „găști de cartier”, sau spre diferite culturi deviante cu speranța de a găsi suportul emoțional lipsă.

În interiorul unui grup relațiile pot fi de cooperare, de competiție, de conflict. Relațiile de competiție / colaborare influențează activitățile desfășurate în clasă. Competiția poate avea efecte pozitive asupra activității desfășurate în clasă, dar și negative: poate face mai interesante activitățile de grup, stimulează efortul și productivitatea indivizilor, dezvoltă etica grupului, stimulează capacitățile autocritice, dar poate să inducă și o anxietate exagerată, să inducă un climat de tensiune în grup, de ostilitate ”în care cruzimea, nedreptatea și necinstea sunt scuzate în numele interesului de a ieși biruitor” . Relațiile conflictuale apar atunci când acțiunile unuia

51

sau mai multor membri nu sunt acceptate, ducând la rezistență. Conflictul poate avea mai multe cauze: dificultăți de comunicare, organizarea deficitară a activităților grupului, incompatibilități psihologice etc. Există mai multe tehnici de rezolvare a conflictelor din interiorul grupului: impunerea/ retragerea, cedarea, compromisul, nonacțiunea, negocierea.

### **2. Relațiile profesor – elevi**

Întreaga activitate instructiv – educativă a unei clase se desfășoară sub conducerea unui profesor, o persoană adultă pregătită special și investită social pentru a îndeplini acest rol. Profesorul este cel care hotărăște **ce** activități va desfășura grupul și **cum** se va lucra. Cea mai



dificilă sarcină pentru un profesor este aceea de „a imprima acțiunii instructiv – educative un astfel de curs încât copilul să continue să se comporte așa cum vrea și cum dorește el, dar vrerea și dorința lui să coincidă cu ceea ce vrea și dorește educatorul”. Este dificil pentru profesor să acționeze astfel încât intervenția lui să fie resimțită drept un ajutor, deoarece elevii vor considera că sunt îndemnați să facă ceea ce nu vor. Această discrepanță între cerințele profesorului și sentimentele elevului depinde de atmosfera generală a procesului de învățământ care trebuie să fie pozitivă, stimulativă, încurajatoare.

Relația profesor – elev depinde în mare măsură de autoritatea reală a profesorului în ochii elevilor săi. Această autoritate se câștigă prin competență, moralitate, flexibilitate în gândire și consecvență în ceea ce privește valorile promovate și cerințele adresate.

Relația profesor – elev are un caracter dinamic, evolutiv deoarece îmbracă forme specifice funcție de vârsta elevilor, dar și de natura obiectivelor educaționale care sunt prioritare, la un moment dat.

### ***Factori care influențează relația profesor - elev***

Percepția profesorului asupra elevilor săi și modul în care interacționează cu ei depinde de apartenența elevilor la un anumit grup (social, de clasă, rasial, sex), caracteristicile individuale ale elevilor, așteptările profesorului.

Cercetările arată că *statusul socioeconomic* reprezintă un factor important care influențează atitudinea profesorului față de elevi. Profesorii sunt mai toleranți, apropiați, înțelegători, moderni în gândire în școlile în care elevii au un statut socioeconomic ridicat sau de mijloc și mai tradiționaliști, distanți, nemulțumiți de elevii lor în școlile cu copii săraci. Așteptările scăzute ale profesorilor față de posibilitățile intelectuale ale elevilor din clasele sociale inferioare se văd în natura obiectivelor educative pe care le propun în lecții, astfel că cerințele sunt mai modeste. Relațiile profesorilor cu elevii sunt diferite în funcție de *rezultatele la învățătură* ale acestora. Interacțiunile cu cei „buni” sunt încurajatoare, în vreme ce relațiile cu cei „slabi” implică de cele mai multe ori conflict, dominare, inegalități care se adâncesc cu vârsta. În acest fel se induce un sentiment de frustrare și de neîncredere în forțele proprii în rândul elevilor considerați slabi și o atitudine neproductivă de superioritate, nu întotdeauna justificată, în rândul celor considerați de „elită”. Profesorii au tendința de a proiecta asupra elevilor *propriile lor preferințe*, atunci când li se cere să estimeze popularitatea unor copii în colectivul clasei lor, considerând că cei mai îndrăgiți vor fi cei care au calități pe care ei le apreciază personal (cuminți, conștiincioși, generoși cu colegii, supuși etc.). Solicitați să-și amintească numele elevilor lor și să spună câteva cuvinte despre fiecare, primii de care își amintesc sunt cei „cuminți și conștiincioși”. La acestea se adaugă *aspectul fizic* plăcut al unui elev care influențează așteptările profesorului cu privire la inteligența, comportamentul, personalitatea sa. *Așezarea în bancă* poate determina percepția profesorului asupra copilului în

52

sensul că elevii din primele bănci, în fața cărora profesorul stă mai mult, atrag asupra lor o mai mare atenție din partea profesorului.

Comportamentul profesorului față de elevii săi și modul în care va interacționa cu ei vor fi influențate de așteptările sale față de clasa de elevi, ca întreg, și de anumiți copii care o compun, precum și de concepția sa asupra rolului care îi revine ca profesor. Aceste așteptări, alături de ceilalți factori conduc la anumite opinii și impresii inițiale ale profesorului care se pot dovedi incorecte. Acestea pot fi corectate în funcție de caracteristicile personalității profesorului,

variabilele de filtrare fiind concepțiile profesorului față de rolul său, obligațiile elevilor, sexul, pregătirea psihopedagogică, semnificația personală acordată succesului școlar al unui elev. După ce această impresie se cristalizează, formele de manifestare a așteptărilor profesorului pot fi atenția acordată, sarcini încredințate, repartizare în grupuri, aprecieri exprimate, obiective propuse. Dacă elevul percepe profesorul în mod pozitiv, după credibilitatea acestuia, dar și sub percepția subiectivă a cauzelor propriilor succese sau insuccese școlare, elevul își cristalizează *imaginea de sine*. Personalitatea elevului se conturează și se manifestă în interdependență cu viața grupului din care face parte, cu normele și valorile pe care acesta le dezvoltă.

*A fi cadru didactic performant înseamnă a fi o prezență semnificativă atât în viața obiectivă, cât și în viața subiectivă a elevilor.*

### **Bibliografie:**

- Diaconu, Mihai - *Sociologia educației*, Editura ASE, 2004;  
Nicola, Ioan – *Microsociologia colectivului de elevi*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1974;  
Neculau Adrian – *Liderii și dinamica grupurilor*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1977;  
Păun, Emil - *Sociopedagogie școlară*, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1982;  
Romiță, Iucu - *Managementul clasei de elevi*, Seria Collegium, Științele Educației, Editura Polirom, 2006;  
Zlate, M. – *Psihologia socială a grupurilor școlare*, Editura Politică, București, 1972.

## **ȘCOALA ÎN PERCEPȚIA ADOLESCENȚILOR**

*Profesor Chelmu Loredana*

### **1. CARACTERISTICILE VÂRSTEI SUBIECȚILOR ALEȘI**

**Adolescența** este subiectul privilegiat și controversat al psihopedagogilor, generator de opinii și discuții contradictorii. Unii o consideră “*vârstă ingrată*”, alții, dimpotrivă, “*vârsta de aur*”; pentru unii ea este “*vârsta crizelor, anxietății, nesiguranței, insatisfacției*”, în timp ce pentru alții este “*vârsta marilor elanuri*”; este “*vârsta contestației, marginalității și subculturii*”, dar și “*vârsta integrării sociale*”; este “*vârsta dramei, cu tot ce are ea ca strălucire, dar și ca artificiu*” - decretează unii, ba nu, ripostează alții, este “*vârsta participării la progresul social*”; cei mai mulți o consideră ca fiind în totalitate o “*problemă moral psihologică*”, dar sunt și unii care cred că este aproape în exclusivitate o “problemă socială”.

Diversitatea opiniilor referitoare la adolescență derivă din complexitatea în sine a acestei etape din viața omului, cu o dinamică excepțională în timp, cu multideterminări și multicondiționări, dar și din poziția oarecum incertă pe care o ocupă adolescentul în sistemul perioadelor evolutive ale vieții. Locul lui în sistemul relațiilor sociale este mai bine conturat și precizat decât cel al puberului. Totuși adolescentul oscilează din punct de vedere al comportamentului între copilărie și maturitate, fiind însă întors mai mult cu fața spre adult. La ieșirea din copilărie și începutul adolescenței, ca și în tot decursul acestei perioade, avem în fața noastră dezvoltarea impetuoasă a unei personalități cu trăsături în plină formare. Adolescența este o perioadă importantă a dezvoltării umane, perioadă de numeroase și profunde schimbări biologice, fizice, psihice, morale etc, perioadă a dezvoltării, în care dispar trăsăturile copilăriei, cedând locul unor particularități complexe și foarte bogate, unor manifestări psihice specifice.

Pe planul dezvoltării biologice, adolescentul tinde spre echilibru și spre adoptarea unei conformații apropiată de cea a adultului; în schimb, în plan psihologic, transformările sunt extrem de rapide, spectaculoase și de maximă complexitate cu salturi la nivelul unor funcții, cu evoluții mai lente la nivelul altora. Diversitatea dezvoltării psihice generează noi conduite și noi modalități de relaționare cu cei din jur, forme originale de înțelegere și adaptare. Adolescentul este un nonconformist și un luptător activ pentru îndeplinirea dorințelor sale, un original în adaptarea soluțiilor urmărite, în modul de a privi și de a se adapta la lumea înconjurătoare.

#### **Adolescența** cuprinde *două faze*:

- una timpurie între **10-11/13-14** ani, perioadă a transformărilor profunde fizice și fiziologice, a unor conturări complicate a intereselor, aptitudinilor și concepției morale a copilului; această perioadă se numește preadolescența sau pubertate.
- a doua perioadă **13-14/17-18** ani este cea a adolescenței propriu-zise ce se caracterizează printr-o echilibrare puternică, intimă a concepției despre lume și viață, prin clarificarea și intensificarea elaborării idealurilor omului, printr-o mare dezvoltare a laturii cognitive, afective și voliționale a personalității.

**Preadolescența** este etapa în care au loc profunde transformări. Aspectul exterior se caracterizează prin lipsa de armonie, mâinile fiind mai lungi decât trunchiul, nasul disproporționat în raport cu fața, întreaga conformație lăsând impresia unei ființe deșirate.

Schimbări evidente se constată și la nivelul vieții psihice. Actele de autoritate ale părinților sunt cu greu suportate, fiind supuse unui acut discernământ critic dacă nu sunt întemeiate și necesare. La această vârstă se dezvoltă conștiința de sine, preadolescentul fiind animat de dorința de a-și cunoaște propriile sale posibilități, pentru a-și da seama în ce măsură poate fi util celor din jur.

Idealul preadolescentului este de a deveni un om util societății, cu o înaltă conștiință a datoriei.

Adolescența este o etapă mai liniștită decât perioada anterioară, tânărul adoptând o poziție mai conștientă față de mediul social. Copilul se orientează mai mult către lumea externă, dar își îndreaptă atenția și către propria-i viață psihică.

### **Caracteristicile cele mai importante ale adolescenței sunt:**

1. dezvoltarea conștiinței de sine;
2. afirmarea propriei personalități;
3. integrarea treptată în valorile vieții.

## **2. CHESTIONAR - “ȘCOALA ÎN PERCEPTIA ELEVILOR”**

În vederea aplicării chestionarului “Școala în percepția elevilor” a fost ales un eșantion de 25 de adolescenți, reprezentând elevi de gimnaziu cu vârsta de 13-14 ani. Din numărul total de subiecți chestionați (20) majoritatea dintre ei au vârsta de 14 ani, urmând cursurile școlii gimnaziale în calitate de elevi în clasa a VII-a.

În privința distribuției subiecților pe sexe putem preciza că din totalul de 20 de respondenți am identificat 8 fete și 12 băieți. Majoritatea acestor subiecți supuși chestionarului au vârsta de 13 ani, adică elevi în clasa a VII-a la școala gimnazială, cu mici excepții: 1 elev de 16 ani;

2 elevi de 15 ani;

1 elev de 13 ani.

În ceea ce privește distribuția respondenților după mediul de proveniență, este întâlnită următoarea situație:

10 elevi din totalul de 20 provin din mediul urban;

10 elevi din totalul de 20 provin din mediul rural.

Majoritatea subiecților au drept ultimă clasă absolvită - clasa a VII-a. Din punct de vedere al statutului socio-economic al familiei, se poate lesne observa următoarea configurație: 2 elevi au un statut socio-economic *redus*;

11 elevi au un statut socio-economic *mediu*;

7 elevi au un statut socio-economic *înalt*.

Din perspectiva etniei subiecților:

14 elevi sunt *români*;

Atunci când au precizat numărul de frați / surori, subiecții au răspuns:

0 frați / surori - 3 elevi;

1 frate / sora - 7 elevi;

2 frați / surori - 4 elevi;

3 frați / surori - 1 elev;

4 frați / surori - 2 elevi.

Chestionarul propus subiecților are un număr de 20 de întrebări. Subiecții au fost asigurați de totală confidențialitate a răspunsurilor lor. În acest caz nu au fost solicitate numele și prenumele respondenților, ci doar inițialele acestora. S-a insistat pe sinceritatea răspunsurilor,

certificandu-se ca acestea vor fi anonime, deci un motiv in plus pentru a fi cat de poate de onesti in raspunsuri la intrebarile propuse in chestionar.

Din totalul de 25 elevi supusi chestionarului:

23 elevi au raspuns ca sunt crescuti de ambii parinti;

1 elev au raspuns ca sunt crescuti de mama din cauze de deces al tatalui sau divort; 1 elevi au raspuns ca sunt crescuti de alte persoane decat parintii (sora mai mare ca varsta, unchi sau mștușă, bunici);

În urma analizării răspunsurilor oferite la chestionar, subiecții cuprinși in studiu au răspuns după cum urmează:

La itemul „*Consider că ceea ce învăț la școală îmi este util...*” un numar de 17 subiecți apreciaza utilitatea pentru examenele viitoare (capacitate / bacalaureat), 4 pentru o viitoare profesie, in timp ce 4 singur apreciaza utilitatea invatarii la nivelul vietii in general.

În cazul itemului „*Informațiile transmise la orele de curs presupun din partea noastră un efort de înțelegere...*” majoritatea respondentilor au precizat nivelul mediu, in timp ce doar o mica parte (10 %) a considerat ca este necesar un efort minim de intelegere pentru asimilarea informatiilor predate la clasa.

La itemul “*Profesorii manifestă disponibilitatea de a furniza informații suplimentare, la solicitarea noastră...*” un număr covârșitor de elevi (peste 60%) a apreciat că majoritatea profesorilor are disponibilitatea de a oferi lamuriri suplimentare elevilor.

„*Pretențiile profesorilor la testări / evaluări sunt...*” reprezintă un alt item prezent in chestionar, unde un numar de 17 subiecți au fost de acord ca profesorii au pretentii corecte raportate la cerintele predarii disciplinelor respective, iar un numar relativ redus a precizat ca pretențiile sunt prea mari sau prea mici, aflandu-se la polul opus al raspunsurilor.

80% din elevii chestionați consideră că „*merg la școală...pentru că este obligatoriu*”, în timp ce doar 20% dintre subiecți au răspuns ca merg la școală pentru a învăța. În cazul itemului „*Profesorii manifestă disponibilitatea de a comunica cu noi, pe problemele noastre personale*”, 16 elevi au răspuns ca doar câțiva dintre profesori realizează acest lucru, restul considerând că niciunul dintre cadrele didactice din școala respectivă nu comunică cu elevii in legătură cu problemele lor personale.

În situatia itemului “*Profesorii ne ajută atunci când observă unele dificultăți de înțelegere a informațiilor*” 16 elevi au răspuns că majoritatea profesorilor lor face acest lucru, restul pana la 25 apreciind ca niciunul dintre profesori nu observă dificultățile de înțelegere a informațiilor transmise prin intermediul disciplinei predate la catedră.

Majoritatea elevilor supusi testării au fost obiectivi la itemul “*Profesorii ne evaluează intr un mod obiectiv la teste / teze*”, ei apreciind faptul că în general profesorii sunt obiectivi în procedura de evaluare la clasă.

„*O evaluare mai drastică la unele discipline este un semn că profesorul...*” reprezintă un alt item prezent în chestionar, unde 17 dintre respondenți au considerat că profesorii își fac doar datoria și nu dau dovadă de răutate; spre deosebire de aceștia, 8 subiecți au sugerat contrariul.

În cazul itemului “*Atunci când unii dintre noi sunt indisciplinați...*” 40% din subiecți au răspuns că doar cei care se fac vinovați de acte de indisciplină sunt sancționați printr-o evaluare

riguroasă, în timp ce restul de 60% consideră că profesorii nu folosesc evaluarea drept pedeapsă pentru cei indisciplinați (cu grave probleme de comportament).

În situația următoarelor două întrebări din chestionar – „*Discut cu părinții mei despre ce am învățat la școală*” și „*Părinții mei țin legătura cu școala / dirigintele / profesorii*” elevii supuși sondajului au răspuns „*rareori*” în proporție de 40%, 60% oferind răspunsul „*deseori*”, neînregistrându-se niciun răspuns „*foarte des*”.

„*Relația dintre școală și părinți îmi este de folos?*” reprezintă o altă întrebare din chestionar la care majoritatea răspunsurilor au fost afirmative, doar un număr de 6 subiecți considerând că relația cu școala nu le este de un real folos.

Următoarea întrebare a fost : „*Considerați că profesorul de la catedră ar trebui să fie...autoritar și protocolar, sau blând și prietenos?*”; iar răspunsurile au fost în procentaj de 85% de partea celei de a doua variante prezente în chestionar - „*blând și prietenos*”.

*Ultimul item prezent în chestionar a fost următorul – „Ar trebui eliminată ora de dirigenție?...”. În acest caz, peste 90% dintre subiecți au oferit răspunsul „nu, să nu existe imixtiuni ale disciplinei de specialitate în cadrul orelor de dirigenție”, în timp ce doar 10% au răspuns – „da, să se predea de către diriginte noțiuni aferente disciplinei de specialitate a acestuia”.*

## **2. CONCLUZII - “ȘCOALA ÎN PERCEPȚIA ELEVILOR”**

În urma analizării răspunsurilor elevilor la itemii chestionarului, se desprind câteva concluzii, mai degrabă anumite considerații pertinente din partea celui care a realizat analiza sociometrică.

Cu alte cuvinte, oricine poate avea păreri privind adolescența și problemele ei: nu știm care e momentul exact în care am devenit adolescenți, sau cum, doar ne-am trezit într-o dimineață străbătuți de o serie de emoții nebănuite, pentru care nu ne pregătisem. Nu știm nici când se termină această etapă. Singura certitudine rămâne faptul că este cea mai tulburătoare și fascinantă etapă a tinereții noastre.

De aceea există numeroase necunoscute când vine vorba de venirea adolescentului la școală. Anii de criză au condus la o creștere a abandonului școlar, în special în perioada trecerii de la gimnaziu către studiile liceale sau profesionale, pentru că mulți tineri migrează în speranța de a suplimenta veniturile familiei, spun specialiștii.

În urma analizei acestui chestionar, se poate *concluziona* că perspectiva pe care o au adolescenții asupra învățământului românesc diferă mult de la urban la rural, practic de la o generație la alta (de la abac la gadgeturi performante). Cu toate acestea, școala rămâne locul cu valențe educative cel mai potrivit pentru adolescenții noștri, indiferent de accesele rebele ale personalității acestora.

## AGRESIUNEA PE INTERNET

*Profesor Bojescu Camelia-Maria*

Agresiunea pe Internet, numită și agresiune online sau cyberbullying, este hărțuirea cu ajutorul calculatorului sau a telefonului mobil. Hărțuirea are loc pe bloguri, pagini personale, forumuri, e-mail, SMS, MMS, agresiunea având uneori loc prin încărcarea unor poze sau imagini video pe Internet fără a ține cont de dreptul la viața privată a victimei.

### *Tipuri de agresiune*

#### **1. Agresorul se dă drept victima hărțuirii**

Organizația „Stop Cyberbullying” (2008) arată că, printre altele, agresiunea online poate începe prin faptul că agresorul se dă drept victima. Accesând ilegal contul victimei (accesarea contului nu poate avea loc decât dacă agresorul cunoaște parola), agresorul trimite mesaje injurioase celor de pe lista de contacte ale victimei, creând probleme între victimă și aceștia. Schimbând apoi parola, agresorul împiedică victima de a mai intra pe cont(Facebook). O altă metodă folosită de agresor este de a deschide un cont în numele victimei și de a-l folosi pretinzând că este victima. Păstrarea secretă a parolei chiar și față de cei mai apropiați prieteni este de aceea absolut necesară.

#### **2. Agresiune pe situri web**

Agresiunea poate avea loc prin diferite metode:

**-Site-uri de ură:** Agresorul creează un „site de ură” pentru a hărțui un individ. Acest lucru poate însemna publicarea unor poze sau videoclipuri care arată victima în situații jenante. Sau site-uri unde se votează cine este cel mai/cea mai urât(ă) etc.

**-Grupuri de ură:** Astfel de grupuri apar uneori pe Facebook sau pe alte rețele sociale. Grupurile au în comun faptul că urăsc un grup întreg de oameni. Chiar dacă administratorul sitului anulează contul, agresorul deschide alt cont pe care continuă agresiunea.

#### **3. Agresiune cu ajutorul telefonului mobil**

Unii elevi fac baie la școală cu costum de baie, de frică să nu fie filmați pe ascuns. Cea mai des folosită metodă este trimiterea mesajelor cu conținut jignitor. Conținutul poate fi

verbal sau imagini.

#### **4. Agresiune pe bloguri**

Blog (exemplu) - Agresorul scrie comentarii cu conținut injurios la adresa victimei.

#### **5. Agresiune prin votare pe Internet**

Cine este cel / cea mai frumo(a)s(ă) sau cel / cea mai urât(ă)? Astfel de întrebări sunt exemple de agresiune online.

58

#### **6. Bârfele**

Tinerii postează sau trimit mesaje dure, care strică reputația, relațiile sau încrederea de sine a unei alte persoane.

#### **7. Excluderea**

Tineri care îi exclud pe alții din grupuri online.

#### **8. Cyberstalking**

Cyberstalking presupune hărțuirea celorlalți prin trimiterea în mod repetat de mesaje, mail-uri sau etichetarea în postări în care aceștia nu vor să apară.

#### **Cyberbullying în România: câți copii sunt hărțuiți pe internet**

Patru din cinci adolescenți cu vârsta sub 18 ani din România spun că au fost ținta hărțuirilor în mediul online, arată un studiu publicat de Bitdefender.

Principalele arme de atac folosite pe internet pentru a agresa victimele se leagă de înfățișare și felul în care se îmbracă (67%). Alte motive frecvente pentru care tinerii sunt hărțuiți sunt hobby-urile și preocupările de zi cu zi (30%), situația materială a familiei din care provin (13%), rezultatele de la școală (12%) și orientarea sexuală (8%).

Două treimi dintre cei hărțuiți nu au povestit nimănui despre incident, tinerii invocând motive precum teama, lipsa de încredere că ar putea schimba ceva sau faptul că nu au crezut că e necesar să implice și alte persoane, deși au fost afectați în mod direct de agresiune.

Cele mai populare rețele de socializare unde are loc fenomenul de cyberbullying sunt Facebook, Messenger și, la mare distanță, Instagram, iar mijloacele de propagare a fenomenului cel mai des folosite sunt mesajele de amenințare și cele negative primite în canalul privat, urmate de comentarii negative la fotografii și furt de identitate.

Potrivit studiului, 65% dintre tineri admit că au fost direct marcați de hărțuirea suferită online și au observat inclusiv schimbări comportamentale involuntare ce au urmat agresiunii. Cei mai mulți afirmă că incidentele de acest fel le-au scăzut încrederea în sine și i-au determinat să se izoleze de ceilalți. Mai puțini, dar nu de neglijat, sunt cei care au afirmat că au intrat în depresie (20%) sau au compensat lipsa prietenilor din mediul online prin consum de alcool sau droguri (5%).

Mai mult, 84% dintre respondenți spun că au asistat la un astfel de atac, fără să fie agresori sau victime, însă doar 36% au intervenit în conflictul dintre cele două părți. Deși majoritatea ar fi dorit să ia partea celui hărțuit, cei mai mulți devin indiferenți sau chiar agresori



de teama de a nu fi atacați la rândul lor și, deci, transformați în victime.

„Rezultatele studiului ne pun în fața unei imagini mai alarmante decât am fi putut bănuși. Cyberbullyingul este unul dintre acele fenomene de masă insidioase în fața căruia nu există strategii de apărare optime. În ciuda amploarei, gravitatea acestuia scapă de multe ori atenției publice. Tinerii învață din proprie experiență cum arată ura celorlalți față de ei, iar numărul victimelor poate fi chiar mai mare căci persoanele cele mai traumatizate refuză de multe ori să recunoască, uneori chiar față de sine, ceea ce li s-a întâmplat. Adolescenții încep viața crezând că societatea reprezintă un spațiu al urii îndreptate împotriva lor, iar efectele psihologice și sociale sunt severe și de lungă durată”, spune lector univ. dr. Nansi Lungu, analist comportamental la [Bitdefender](#).

59

### **Recomandări menite să reducă efectele negative ale fenomenului cyberbullying:**

Victima are nevoie de aliați. Importanța oamenilor din jurul celui abuzat este mai mare ca oricând. Adulții, profesorii, părinții, rudele sau orice alta figură față de care persoana abuzată se simte atașată trebuie să îi ofere suport necondiționat și încredere. Victima trebuie să semnaleze orice acțiune care a avut loc asupra sa, însă are extrem de multă nevoie de aliați de încredere care să îi asigure confortul de a vorbi.

Părinții, rudele, profesorii trebuie să conștientizeze existența fenomenului și să știe să identifice comportamentul schimbat al victimei și să intervină când identifică efectele cyberbullyingului în comportamentul acesteia. Orice semn care indică modificări ale stării psihologice cum ar fi depresia, anxietatea socială, izolarea, stima de sine scăzută, reacții negative și stres în privința utilizării dispozitivelor trebuie chestionate și verificate.

Este util ca victima să reușească să impună limite. De la blocarea și raportarea abuzatorului pe rețelele de socializare, la schimbarea parolelor sau a numărului de telefon, până la intervențiile directe către abuzator, efectuate într-o manieră cât mai asertivă, fără a-i oferi agresorului satisfacția pe care o caută. Cel care hărțuiește va fi mulțumit dacă provoacă victimei suferință, de aceea este recomandată evitarea afișării oricărei urme care lasă de înțeles că aceasta a fost afectată.

„Din perspectiva victimei, hărțuirea din mediul online poate fi mai greu de abordat, întrucât acest mediu este mai greu de ținut sub control și se extinde dincolo de granițele cercului restrâns de cunoscuți. Pentru a diminua efectele negative ale cyberbullyingului, este important să luăm în calcul întreg sistemul în jurul căruia se dezvoltă comportamentul respectiv: abuzatorii – victimă - cei care asistă - cei care nu cunosc fenomenul”.

Studiul a fost realizat de Tribal Worldwide România pentru Bitdefender prin chestionar online completat în perioada septembrie-octombrie 2017, pe un eșantion reprezentativ de 800 de respondenți din rândul tinerilor sub 18 ani.

Bitdefender a demarat în luna noiembrie 2017 campania **#nutastatură**, menită să crească nivelul de conștientizare asupra fenomenului cyberbullying în România și a efectelor nocive pe care îl poate avea asupra tinerilor.

(Obiectivul campaniei este strângerea a 50.000 de semnături în cadrul petiției online pentru a lansa un buton de Facebook reactions – Butonul contra cyberbullying. Acest buton nu ar fi unul de raportare, cenzurare sau coerciție efectivă asupra utilizatorului, ci ar purta semnificația simbolică de sancțiune socială. Ar fi pasul atât de important de la privitor indiferent,

la privitor care trage un semnal de alarmă asupra fenomenului.)

Pe **site**-ul campaniei sunt disponibile manifestul inițiativei, invitația de a **semna petiția online anti-hărțuire online** și 360 clipuri video care dramatizează emoții precum ura, umilința, violența, pentru a sensibiliza publicul să adere la cauză.

#### **Acțiuni nerecomandate copilului**

- 1.Să posteze pe internet fotografii cu alte persoane fără a cere acordul persoanelor respective;
- 2.Să se dea drept altă persoană atunci când folosește Messengerul sau alte servicii de mesagerie instant;
- 3.Să afle și să schimbe parolele altor persoane;
- 4.Să trimită emailuri care nu conțin nicio informație utilă pentru destinatar.

60

#### **Reguli de precauție pentru copii - 10 reguli de comportament online:**

- 1.Fii onest și politicos;
- 2.Gândește-te bine la ceea ce scrii;
- 3.Respectă persoanele de altă etnie sau rasă și pe cei care au alt mod de viață;
- 4.Respectă legea țării proprii și legea țării unde se află corespondentul;
- 5.Respectă drepturile de autor, indiferent dacă este vorba de text, imagini, sunet sau software;
- 6.Nu trimite materiale pornografice, cu conținut violent, rasist sau blasfemic;
- 7.Respectă-i pe ceilalți utilizatori;
- 8.Fii chibzuit în cheltuirea banilor online;
- 9.Raportează ilegalitățile pe care le observi;
- 10.Nu uita că și alți copii folosesc forumuri etc.

#### **Bibliografie:**

- 1.[www.suntparinte.ro/agresiunea-virtuala-la-copii-fenomenul-cyberbullying](http://www.suntparinte.ro/agresiunea-virtuala-la-copii-fenomenul-cyberbullying)
- 2.[biblioteca.regielive.ro/referate/pedagogie/cyberbullying-381909.html](http://biblioteca.regielive.ro/referate/pedagogie/cyberbullying-381909.html)
- 3.[https://ro.wikipedia.org/wiki/Agresiunea\\_pe\\_Internet](https://ro.wikipedia.org/wiki/Agresiunea_pe_Internet)

## **ATITUDINEA POZITIVĂ FAȚĂ DE COPII**

*profesor Busuioc Gianina Elena*

Orice om și-a dorit, cel puțin odată în viață, să audă vorbele: *Bravo, sunt mândru de tine!* Cu puțin efort putem să fim pozitivi, să-i încurajăm pe cei dragi, pe cei cunoscuți, pe cei din jurul nostru, alături de care trăim, muncim, învățăm, ne dezvoltăm.

Copiii tânjesc ca cineva pe care îl iubesc să-i urmărească și să le acorde un zâmbet aprobator sau să rostească vorbe de confirmare. Crescând, tânjesc să fie urmăriți de către părinți și bunici luând note bune, practicând un sport, cântând, jucând teatru, studiind. Probabil, cel mai important lucru pe care îl putem spune copiilor noștri, pe lângă „Te iubesc!”, este „Sunt mândru de tine!”.

Pentru a avea succes și încredere în forțele proprii, copilul are nevoie de recunoașterea și susținerea lui, întâi de la familie, apoi de la educatori, învățători, profesori, angajatori. Toți simțim nevoia ca cei apropiați să fie mândri de noi. Ne dorim afirmarea toată viața. Muncim din greu pentru a ne câștiga dreptul de a fi mândri de noi înșine. Pe cât de minunat este să ne mândrim cu realizările noastre, intensitatea acestui sentiment este amplificată atunci când alte persoane ne spun: „Sunt mândru de tine!”.

Expresia „Sunt mândru de tine!” nu are doar capacitatea de a recunoaște meritele cuiva, ci are puterea de a schimba vieți și destine. Această expresie scurtă reprezintă o putere concentrată, o explozie de energie pentru a încuraja oamenii să facă mai mult decât au crezut că este posibil. Recompensa singură nu are suficientă putere de motivare pentru a-i determina pe oameni să își atingă potențialul maxim și să își ducă visurile la îndeplinire. Este nevoie și de susținere emoțională. Fără emoții și sentimente, suntem simple viețuitoare.

„Sunt mândru de tine!” este cu adevărat încurajator pentru persoanele care, în mod obișnuit, nu câștigă premii sau recompense în viața de zi cu zi, deși muncesc din greu, care s-ar putea să se îndoiască de abilitățile lor și care au nevoie de un timp de gândire pentru a găsi ceva de care să fie mândre. Din această cauză, este important pentru părinți, profesori, angajatori să găsească diferite moduri de exprimare pentru „Sunt mândru de tine!”.

Dacă ești părinte, ai cele mai multe ocazii să spui „Sunt mândru de tine!” copiilor tăi, precum și oportunitatea de a avea cel mai mare impact asupra succesului lor. Dacă ești un angajator, un antreprenor, un profesor, trebuie să incluzi în vocabularul zilnic „Sunt mândru de tine!”. Fiecare

62

dintre noi a fost creat să atingă un potențial. Poți să îi ajuți pe cei pe care îi cunoști sau iubești să își atingă potențialul deplin, căutând căi de exprimare a mândriei față de ei. În interiorul fiecărei persoane pe care o întâlnești, există puțin din copilul sau nepotelul tău care caută aprobarea spunând „Uită-te la mine!”. Remarci realizările – mai mici sau mai mari - ale membrilor familiei, prietenilor, vecinilor, colegilor, angajaților? Poți să îi ajuți să evolueze spunându-le: „Sunt mândru de tine!”.

*Bibliografie: Rich DeVos- „Fii pozitiv”, Editura Almatea, 2009.*

