

**INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN SUCEAVA**

**ȘCOALA GIMNAZIALĂ  
CONSTANTIN BLĂNARU CORNU LUNCII**



# *CLIPA*

*ANUL VII (2021), NR. 11 (NOIEMBRIE)*

## **ÎNVĂȚARE CU ÎNCURAJARE**

**SCHIMBUL DE EXPERIENȚĂ AL  
COORDONATORILOR DE PROIECTE ȘI PROGRAME EDUCATIVE  
ZONA FĂLTICENI  
12.11.2021**





## **PREZENTAREA ȘCOLII**

**Director, profesor Iacob Petrișor**

Școala Gimnazială *Constantin Blănaru* este situată în satul Cornu Luncii, comuna Cornu Luncii, județul Suceava și oferă servicii educaționale comunității din șapte localități ale comunei: Cornu Luncii, Sasca Mare, Păiseni, Sasca Mică, Sasca Nouă, Șinca și Dumbrava.

Numele școlii provine de la Constantin Blănaru (1940-2014), fiu al satului, profesor, publicist, prozator și critic literar, inspector școlar, om cu o vastă cultură, cu alese calități, model demn de urmat de generațiile tinere. Născut în Cornu Luncii (1940), provenind dintr-o familie simplă de țărani, se face remarcant în școlile pe care le urmează, fără multă putere materială, dar cu mult drag de carte: școala primară din satul natal, gimnaziul la Băișești, liceul *Nicu Gane* din Fălticeni, Facultatea de Filologie – secția Limba și Literatura Română – a Universității „Al. I. Cuza” Iași (1959-1964).

Activitatea didactică o începe ca profesor de limba și literatura română la Ipotești (1964-1968), și progresează continuu devenind redactor la ziarul *Zori noi* (1968-1970), metodist, inspector de specialitate la Inspectoratul Școlar Județean Suceava (1976-1983; 1990-2003). A colaborat la *Convorbiri literare*, *Dacia literară*, *Revista română*, *Dulce Bucovina*, *Crai nou*, *Cronica*, *Dor de dor*. S-a stins din viață la Alba Iulia (2014). În semn de aleasă prețuire și ca model demn de urmat de actualii și viitori elevi, din anul 2019 școala noastră îi poartă numele.

Deviza școlii este: **o șansă fiecărui copil pentru a reuși în viață**, dorindu-ne ca, în parteneriat cu comunitatea locală, să ofere șanse egale pentru educație și cultură tuturor elevilor, indiferent de starea materială și religie, promovând identificarea și dezvoltarea abilităților și capacităților fiecărui elev pentru a se adapta unei societăți europene, prin formarea unor comportamente și atitudini responsabile față de ei și față de comunitate. Credem că putem deveni una din școlile de prestigiu din comuna Cornu Luncii și din zona Fălticeni, apreciată de către elevi, părinți și comunitatea locală pentru *eficiența* activității instructiv-educative, asigurarea *condițiilor materiale* necesare unui *învățământ de calitate*, asigurarea *egalității șanselor* tuturor elevilor, pentru rezultate deosebite în activitatea de *performanță* și pentru ancorarea școlii în comunitatea locală și europeană.

Școala cu personalitate juridică are în componență două structuri: Școala Gimnazială *Ieremia Valahul* Sasca Mare și Școala Primară *Ioan Grosau* Păiseni.

**Școala Gimnazială Cornu Luncii**, înființată în anul 1926, dispune de 2 corpuri de clădire, reunite prin construirea unei noi aripi, în urma lucrărilor de reabilitare, modernizare și extindere derulate prin Programul Național de Dezvoltare Locală, aprobat de MDRAP, în anul 2015:



- *corpul A* (parter și etaj) cu 8 săli de clasă, 1 cabinet de informatică, 1 minisală de sport, cancelaria profesorilor, 1 birou director și 2 birouri ale serviciului secretariat și contabilitate;
- *corpul B* (parter) cu 3 săli grădiniță, 3 săli de clasă și 2 spații administrative;

Școala beneficiază de conexiune la internet (fibră optică), apă curentă, încălzire centrală, grup sanitar modern, împrejmuire, alei de acces, sistem de supraveghere audio-video interior și exterior, *spațiu de joacă* pentru copii, *bază sportivă* (teren de sport cu gazon natural și teren de sport multifuncțional cu gazon artificial, ambele prevăzute cu instalație pentru nocturnă, 2 gradene cu 100 de locuri și vestiare)

Învățământul se desfășoară într-un *singur schimb*: 3 grupe de grădiniță, 5 clase la primar și 6 clase la gimnaziu. Preșcolarii și elevii din ciclul primar provin din localitățile Cornu Luncii, Sasca Mică și Sasca Nouă, iar cei din ciclul gimnazial provin din aceleași localități la care se adaugă elevii din Dumbrava.

În incinta școlii se află o *capelă* ortodoxă construită de comunitate, precum și o clădire, fost punct vamal (canton), ce a fost modernizată și reamenajată ca muzeu al Unirii, în anul 2018, cu ocazia serbărilor prilejuite de centenarul Marii Uniri.

**Școala Gimnazială Ieremia Valahul Sasca Mare**, înființată în anul 188, este situată pe un drum comunal betonat, la 8 Km distanță de școala Cornu Luncii, având două corpuri.

Corpul de clădire (parter și etaj) dispune de 4 săli de clasă, cancelarie profesori, beneficiază de apă curentă, încălzire centrală și grup sanitar modern și deservește clasele gimnaziale.

Al doilea corp de clădire (parter) este nou construit, dispune de 4 săli de clasă, 1 cabinet de informatică, bibliotecă, cancelarie, beneficiază de apă curentă, încălzire centrală, grup sanitar modern, o sală și un teren de sport multifuncționale, moderne, cu gazon artificial și instalație de nocturnă, investiție derulată prin Programul Național de Dezvoltare Locală, aprobat de MDRAP, în anul 2015, obiective ce au fost date în folosință, în data 12.09.2016. Învățământul se desfășoară într-un singur schimb – o grupă de grădiniță și 2 clase primare, în regim simultan. Ambele clădiri sunt conectate la INTERNET(fibră optică).

**Școala Primară Ioan Grosaru Păiseni**, înființată în anul 1914, corpul actual fiind construit în 1931, extins și renovat în 2003, este situată pe un drum comunal betonat, la 12 Km distanță de școala Cornu Luncii. Aici funcționează o grupă de grădiniță și 3 clase în regim simultan. Școala beneficiază de internet



(fibră optică), apă curentă și grup sanitar modern. Absolvenții clasei a IV-a își continuă studiile gimnaziale la școala din Sasca Mare, beneficiind de transport gratuit cu microbuzul școlar, aflat în dotarea școlii.

Școala a fost antrenată în evenimente culturale deosebite, în anul 2008 unitatea școlară a primit denumirea de

„Ion Grosaru”, după eroul localnic ce a căzut la datorie în Afganistan. Participă în fiecare an la comemorarea eroului poet, susținând programe artistice, apreciate de toți participanții. Din anul 2016 se organizează Festivalul de poezie IOAN GROSARU, în memoria eroului poet din satul Păiseni.

Printre realizările școlii se numără și Promovarea evaluării externe ARACIP în anul școlar 2014-2015, organizarea conferinței județene a coordonatorilor CEAC, martie 2016, reuniune managerială (noiembrie 2017), susținerea unor activități demonstrative în cadrul cercurilor metodice (învățământ preșcolar, învățământ primar - simplu și simultan, lb. engleză, fizică, matematică, chimie, biologie, religie, lb. franceză, istorie).

Oferta de activități extrașcolare este una bogată: excursii, drumeții, vizite la muzee, spectacole de teatru de păpuși și de circ, serbări cu ocazia diferitelor evenimente cultural-literare și istorice, competiții sportive diverse, tabere școlare pentru cei mai meritoși elevi, organizate cu sprijinul Primăriei Cornu Luncii, revistele CLIPA și AGORA. Cercul Prietenii Pompierilor desfășoară regulat acțiuni comune cu Grupul de pompieri civili din cadrul Primăriei Cornu Luncii. Echipajul de băieți participă anual la competiția specifică Prietenii pompierilor obținând locul II și locul III la etapa județeană a Concursului, în anii școlari anteriori. Printre sporturile preferate de elevii noștri se numără și rugby, echipa școlii fiind o rampă de lansare în sportul profesionist. Abilitățile muzicale sunt explorate în cadrul unui ansamblu coral și în clubul de chitară.

Școala a încheiat contracte de parteneriate cu diverse instituții de cultură (Biblioteca Județeană I.G.Sbiera Suceava, Centrul Cultural „Grigore Vasiliu Birlic” Fălticeni, Observatorul astronomic al Universității „Ștefan cel Mare” Suceava, Teatrul MAGIC – Bacău), de educație - în vederea organizării și desfășurării unor concursuri și festivaluri, instituții locale - pentru desfășurarea unor activități educative extrașcolare: Postul de Poliție Cornu Luncii, Cabinet Medical, Primăria Cornu Luncii și Consiliul Reprezentativ al Părinților din școala noastră, parohiile ortodoxe Cornu Luncii, Sasca Mare, Biblioteca comunală, Cabinet stomatologic Dr. Lungu Fălticeni, IGSU Bucovina – detașamentul Fălticeni și SVSU Cornu Luncii; asociația „Cultul eroilor” filiala Suceava, Grupul local de tineret „Aripi în Europa” Fălticeni, Asociația Asociația „Happy” Botoșani, Asociația S.O.S. VIITORUL, Bacău, Asociația Institutului pentru dezvoltarea evaluării în educație, București și Editura Sigma, cu sprijinul Ministerului Educației Naționale – organizarea și desfășurarea concursurilor Cangurașul Matematician, Cangurul Lingvistic, Poveștile Cangurului etc.

Credem în reușita copiilor în viață, printr-o educație de calitate, încurajând copiii să-și descopere și să-și dezvolte abilitățile personale, care aduc garanția succesului: „Țintește spre lună. Chiar dacă vei rata, măcar vei ajunge printre stele.”  
(Les Brown)





## POVESTEA...ÎNCURAJĂRII

*Motto: „Un copil are nevoie de încurajare, la fel cum o plantă are nevoie de apă.”*

*(Rudolf Dreikurs)*

Încurajarea este...un feedback care se concentrează mai mult asupra efortului depus decât asupra rezultatelor. Atunci când copilul este încurajat, îi transmitem din curajul nostru pentru a continua eforturile și încredere că poate obține ce își dorește

Încurajarea nu este...laudă.

Lauda creează “dependenți de laudă”, îi învață pe copii să devină dependenți de părerile altora pentru a-și evalua valoarea muncii lor, stimulează rivalitățile și competiția, favorizează teama de eșec.

Încurajările îi ajută pe copii să-și dezvolte curajul: curajul de a deveni ceea ce-și doresc, de a fi capabili, de a se bucura de viață, de a fi fericiți, curajul de a fi imperfecti. Încurajarea stimulează cooperarea și contribuția la binele tuturor, favorizează independența.

Laudă: Ești cel mai bun elev.

Încurajare: Orice profesor te-ar aprecia!

Laudă: Ajungi mereu la timp.

Încurajare: Te-ai străduit de fiecare data să ajungi la timp.

Laudă: Ai făcut un lucru extraordinar!

Încurajare: Ai reușit!

*Factori care stau la baza încurajărilor eficiente!*

1. Convingerea și sinceritatea celui care oferă încurajarea.
2. Accentul pe efortul depus și pe cum poate fi îmbunătățit rezultatul pe viitor.
3. Momentul și modul în care este oferită încurajarea.

*Cum să încurajăm eficient?*

- Reuniuni de familie și întâlniri în cadrul cărora copiii învață să primească și să ofere complimente, caută împreună soluții pentru dificultățile cu care se confruntă.
- Utilizând întrebări deschise pentru a-i învăța pe copii cum să gândească în loc de ceea ce să gândească – oferirea posibilității de a alege, de a-și folosi abilitățile personale, devenind astfel persoane responsabile.
- Oferind libertate astfel încât să poată experimenta, să poată crește și învăța din greșeli.
- Arătându-le că avem încredere în ei – în acest fel și ei vor avea încredere în propria persoană.
- Petrecând timp de calitate împreună – creând o conexiune, asigurându-ne astfel că se simt iubiți și acceptați.

*Există un trib în Africa a cărui perspectivă asupra iertării este atât de completă, încât tradiția lor oferă tuturor o lecție de smerenie.*

*În tribul Babemba, când cineva din sat încalcă o regulă, o lege sau face ceva incorect din punct de vedere moral – întregul sat se adună pentru a participa la repararea aceluia rău.*

*Toți bărbații, femeile, copiii și bătrânii își lasă deoparte viața obișnuită și formează un cerc uriaș. În centru se află acuzatul. Mai întâi, se povestește în detaliu fapta; încălcarea este adusă la lumină în timp ce acuzatul stă în fața tuturor.*

*Apoi, unul câte unul, fiecare sătean începe să dezvăluie toate faptele bune și generoase pe care acuzatul le-a făcut în viața lui. Ei descriu în detaliu minunatele calități, atribute și puncte forte ale acuzatului, dând exemple concrete și relatând acțiunile sale reale.*

*Fiecare faptă bună este reamintită cu o mare iubire și un profund respect. Uneori ceremonia continuă timp de zile în șir – cât este necesar. Este ca și cum întregul sat ar spune:*

***„Tu nu ești ceea ce ai făcut. Tu ești o ființă minunată.”***

*La sfârșit, cercul se rupe, iar persoana din centru este întâmpinată cu brațele deschise și reprimată în comunitate. Apoi sărbătoresc.*

*Când iertăm, ne conectăm cu adevărat la ceea ce este acea persoană cu adevărat..*



## ***DESPRE TEORIA EDUCAȚIEI TRIBALE sau CUM PUTEM CREA O CLASĂ TRIBALĂ***

***(Predarea pe bază de atașament, Louise Cozolino)***

- „Tribul este un grup de indivizi legați între ei prin timp, familiaritate, afecțiune și scop comun. În triburile reale aceste patru elemente apar spontan, în lumea modernă ele trebuie create și îngrijite. Regula de bază: orice puteți face pentru a extinde și consolida acești patru factori, în contextul relațiilor sigure, va sprijini crearea clasei tribale”.*
- Constituirea unui trib poate fi o artă „ghidată de empatie, acordaj și sensibilitate umană. Prin urmare, clasa tribală trebuie ferm întemeiată în inimile și mințile profesorilor care vor fi șefi de trib și în ale părinților și ale directorilor care îi vor sprijini”*
- Formarea și dezvoltarea elevului depind mult de calitatea atașamentului dintre el și profesori, dintre el și celelalte persoane din anturajul său.*

- *Educația ar trebui reconceptualizată din perspectivă socială și internațională, pentru că este o greșeală să punem în prim-planul atenției noastre conținutului curricular și rezultatele de la teste. Poate e timpul, crede cercetătorul, să punem în centrul preocupărilor noastre responsabilitatea socială, empatia și mindfulness-ul. Mindfulness-ul, despre care știm mai puțin decât despre empatie, „descrie capacitatea de a reflecta asupra experienței noastre interioare.”*
- *Putem influența pozitiv viața elevilor noștri într-un mod profund și putem optimiza capacitatea lor de învățare prin activarea elementelor sociale și emoționale caracteristice grupurilor mici, în care creierul uman a evoluat anume pentru a învăța.*
- *Instituțiile mari vor deveni de succes, dacă vor ști să activeze și să adapteze instinctele tribale sociale în interiorul lor sub forma unor „cercuri de lucru”, prin stabilirea unor legături afective autentice, direcționând personalul școlii înspre modul de coexistență al tribului. Cercul de lucru reprezintă o „strategie prin care este activată dinamica într-un grup mic, sunt încurajate instinctele sociale primitive și este securizat atașamentul în cadrul organizațiilor mai mari”. Din acest motiv, profesorilor li se recomandă crearea acestor cercuri de lucru, în care se vor dezvolta „implicarea emoțională, motivația și munca în echipă”.*
- *Atunci când creierul este stimulat, el se dezvoltă și învață mai bine. Pentru a-l capta, profesorii urmează să conceapă un mediu de învățare cu provocări serioase și pline de sens. Într-un cuvânt, trebuie să le transforme elevilor relația cu educația dintr-una rigidă și mecanică în una vie, profundă, semnificativă. Cel mai adânc principiu al naturii umane este nevoia puternică de a fi apreciat (W. James). Atașamentul și legăturile emoționale dintre profesori și discipoli vor modifica creierul elevilor în sens pozitiv.*
- *Este de reținut, prin urmare, că ne simțim mai bine și învățăm mai bine atunci când „interacționăm față în față și de la suflet la suflet cu un altul semnificativ.” Aceasta ar însemna să fim empatici, căci relațiile*

*sigure de atașament sunt instrumente sigure care îi fac pe elevi să devină persoane puternice, active, optimiste, competente. Inima profesorului stimulează, prin urmare, mintea elevului”. Constituentele unei educații de succes sunt „echilibrul dintre provocare și susținere, stres și relaxare, atenție concentrată și amuzament”. Felul în care suntem tratați influențează mult potențialul de muncă, învățare, dar și de reglare a gândurilor și emoțiilor.*





# DOMINO - Educație cu încurajare – partea I

Inspector școlar pentru educație permanentă

Prof. Tatiana Vîntur

„Copiii cresc nu pentru a deveni mai înalți, ci pentru a deveni mai încrezători.”

(Florence Servan-Schreiber – „Învăță altfel cu pedagogia pozitivă”)

Efectul **D**omino

**O**ptimism

**M**otivație

**I**ncurajare

Stare de bi**N**e

**C**omunicare

## I. Efectul Domino

Asemenea lui Joe Polish (agent de marketing) privesc conexiunile dintre oameni ca pe o serie de piese de domino. Efectul piesei de domino este unul în cascadă provocând o înlănțuire de evenimente datorate acțiunii primei piese. Conectarea oamenilor se realizează prin conexiuni ce reprezintă „primul domino” care duce la o succesiune de alte lucruri, acțiuni, comportamente, atitudini.

Conștientizând, mai mult sau mai puțin, fiecare dintre noi, suntem „primul domino” din viața celor din jurul nostru așa cum altcineva a reprezentat o *piesă de domino* pentru noi înșine, acea piesă ce ne-a determinat acțiunile ulterioare, în cascadă, ajutându-ne să ne dezvoltăm în direcția dorită.

În accepțiunea mea „primul domino” reprezintă încurajarea de care un copil, o persoană are nevoie pentru a păși mai departe cu mai multă hotărâre, încredere, optimism, determinare.

Să facem un exercițiu introspectiv pentru a răspunde ine a fost „primul domino” din viața noastră? Posibile răspunsuri ar fi: o carte de dezvoltare personală, persoane dragi, profesorul de mate, fizică, biologie, arte, sport, științe sau oricare altă disciplină de studio, profesorul care a văzut potențialul din noi; poate fi mentorul care ne-a inspirat, după cum experiențele de viață au jucat un rol determinant în a continua cu mai multă încredere.

„Primul domino” are o nebănuită consistență: motivație, empatie, emoții, încredere, inspirație, comunicare, stare de bine, suport, sprijin, colaborare și nu în cele din urmă dragoste. „*O minte care este atinsă de o nouă experiență nu se poate întoarce niciodată la vechile ei dimensiuni.*” (Oliver Wendell Holmes, Jr.)

Experiențele au rolul de a realiza schimbare, ducând la noi experiențe, ne deplasează din locul în care suntem în alte locuri îndemnând la explorare, cunoaștere, învățare, dezvoltare, creștere. Experiențele sunt evenimente care duc la alte evenimente într-o direcție specifică, adesea imprevizibilă.

Piese de domino pot fi fie pozitive, fie negative. Dacă încurajarea este elementul definitoriu al unui *domino pozitiv*, trauma este efectul unui prim domino negativ, care, dacă nu este rezolvat, contracarat, duce la o abordare negativă ce conduce la neputință, eșec, insucces, renunțare.

Atitudinea, o carte, oamenii, relațiile potrivite, conexiunile dintre oameni pot fi intitulate, generic, *primul domino* care schimbă totul, într-un mod pozitiv sau negativ.

Vă invit să parcurgeți individual sau cu elevii următoarele aplicații:

### **Aplicație 1 „Primul domino”**

\*\*\* Care au fost principalele evenimente, experiențe, care au fost persoanele, oamenii ce v-au condus acolo unde vă aflați? Întoarceți-vă în timp. Gândiți-vă la lanțul de evenimente care v-au adus aici. Unde a început efectul primului domino? Cu cine a început?

\*\*\* Realizați o „mind mapping” intitulată „Primul domino”. Ilustrați elementele pozitive care au dus la creșterea dumneavoastră: persoane, atitudini, experiențe etc.

### **Aplicație 2 „Domino-ul trist”**

\*\*\* În viața fiecăruia dintre noi există momente de descurajare, ce au rolul de a ne frâna acțiunile, de a ne închide în propria carapace. Realizați o „mind mapping” care să reprezinte aspectele care au contribuit la descurajarea dumneavoastră, persoanele care au avut un rol negativ în luarea unor decizii.

\*\*\* Realizați o „mind mapping” intitulată „Domino-ul trist”. Ilustrați elementele negative care au avut un rol determinant în devenirea dumneavoastră: persoane, atitudini, experiențe etc.

### **Aplicație 3 „Domino-ul Recunoștință”**

\*\*\* „Există mulți oameni care au jucat roluri divine pentru ca tu să ai viața pe care o ai astăzi. Asigură-te că le spui acestora cât de recunoscător ești.” (Michael Fishman, expert leadership).

\*\*\* Întoarce-te în timp și mulțumește oamenilor din viața ta, celor care au avut un impact valoros. Recunoștința este cheia pentru a crea noi experiențe.

\*\*\* Reprezintă simbolic, creativ, „Domino-ul Recunoștință”.

### **Efectul Domino**

*„Nu poți schimba niciodată un singur comportament. Comportamentele noastre sunt interconectate, așa că atunci când schimbi un comportament, se schimbă și alte comportamente.” (prof. B.J. Fogg - Stanford University)*

Efectul Domino este o situație în care un eveniment face ca o serie de evenimente similare să se întâmple unul după altul. Un *efect de domino* sau o reacție în lanț este efectul cumulativ produs atunci când un eveniment declanșează un lanț de evenimente similare.

Efectul Domino apare, în primul rând, deoarece multe dintre obiceiurile și rutinele care ne compun viața de zi cu zi sunt legate unele de altele. Există o interconexiune uluitoare între sistemele de viață și comportamentul uman. Relația inerentă a lucrurilor este un motiv principal pentru care alegerile într-un domeniu al vieții pot duce la rezultate surprinzătoare în alte domenii, indiferent de planurile pe care le facem.

În al doilea rând, *efectul Domino* valorifică unul dintre principiile de bază ale comportamentului uman: angajamentul și consecvența. Acest fenomen este explicat în cartea despre comportamentul uman, *Psihologia persuasiunii – Influențarea*, de Robert Cialdini.

## //. Educația cu încurajare. Nevoile copilului

*„Încurajarea este oxigenul sufletului.” (George Madison Adams)*

Educația cu încurajare pornește de la nevoile copilului. Răspunsurile la nevoile copilului găsesc un real temei în teorii ale motivației, în „pedagogia pozitivă” dar și în relația dintre atașament și învățare.

A ÎNCURAJĂ/Ă ~éz tranz. (în opoziție cu a descuraja) 1) (persoane), conform *Noului dicționar explicative al limbii române*, înseamnă a susține însuflând curaj; a face să prindă curaj; a îmbărbăta. 2) fig. A susține stimulând dezvoltarea sau realizarea practică.

În agitația vieții cotidiene mai avem timp, răbdare și inspirație să ne încurajăm copiii? Știm cum să facem acest lucru?

**Încurajarea** (cuvânt derivat din lb. latina, „cordis”= inima), înseamnă a-i transmite celuilalt sentimentul că avem încredere în el așa cum este, ajutându-l astfel să-și dezvolte curajul și încrederea în el însuși. Copiii au nevoie de sprijinul nostru. Dar mai au nevoie să afle de la noi și cât au progresat și ne doresc lângă ei și atunci, sau mai ales, când greșesc.

Deși **lauda** este încurajatoare, încurajarea are un sens mult mai larg. A lăuda în acest context înseamnă mai degrabă a aprecia, a valida acțiuni, comportamente, gesturi. Încurajarea poate fi verbală, sau poate fi doar un gest, o încuviințare a capului, un zâmbet larg. Poate fi încrederea de a lăsa copilului sau adolescentului libertatea de a face o alegere sau de a rezolva o problemă aflată altădată în grija adulților.

*„Copiii au nevoie de dragoste, mai ales atunci când nu o merită.” (Harold Hulbert)*

### Nevoile copilului

„Nevoile copilului, ca și cele ale fiecărei ființe umane, sunt nevoi care sunt o necesitate reală și sunt esențiale pentru viață. La copii, neocortexul, centrul rațiunii, nu este încă pe deplin matur și nerespectarea nevoilor copilului se transformă foarte repede într- un comportament inadecvat sau chiar într-o furie.

Psihologul Abraham Maslow a fost cel care a identificat și a clasificat aceste nevoi într-o piramidă, realizând o ierarhie a acestora. Există cinci mari categorii: nevoile fiziologice (sau nevoile vitale), nevoia de securitate, nevoia de apartenență, nevoia de stimă de sine și nevoia de auto-actualizare.

Creierul nostru ne informează dacă una dintre aceste nevoi de bază nu este satisfăcută prin intermediul senzațiilor. Când nevoia noastră vitală de somn nu este satisfăcută, ne simțim obosiți. La fel, atunci când nevoia de siguranță nu este satisfăcută, simțim teamă.

De obicei, nevoile fiziologice sunt cele pe care învățăm mai întâi să le identificăm. Cu toate acestea, la copiii mici, chiar și senzația de foame poate fi dificil de exprimat în cuvinte. Și cu cât urci mai sus piramida, cu atât mai dificil poate să fie pentru copil să identifice nevoile umane dacă acestea nu sunt cunoscute. Același lucru este valabil și pentru un adult.

Privind comportamentele din perspectiva nevoilor, se pot observa mai multe nevoi de bază care apar cel mai des. Enumerarea lor mai jos vă va îndruma să identificați mai ușor nevoile copiilor și, prin urmare, să le îndepliniți.<sup>1</sup> Conform sursei citate nevoile de bază din spatele comportamentului copilului sunt: nevoia de hrană, odihnă, calm, predictibilitate, comunicare, de afirmare, de a fi auzit și ascultat, de a fi apreciat, de atenție, de a se simți iubit.

#### **Aplicația 4. Necesitățile copilului**

**Scop:** Conștientizarea importanței identificării și satisfacerii nevoilor copilului pentru o dezvoltare armonioasă și o viață sănătoasă și împlinită.

Obiective:

- să identifice nevoile copilului;
- să facă legătură între nevoile copilului și comportamentul acestuia.

Materiale necesare:

- fișe resursă (A, B, C);
- eșarfe pentru legarea la ochi;
- diverse obiecte din încăperea, ce pot fi folosite ca obstacole.

Descriere:

#### **4.1. Activitate. Brainstorming (20 min.)**

Elevii vor primi un set de întrebări:

- Care sunt nevoile unei plante?
- De ce are nevoie un animal?
- De ce are nevoie un copil?

Răspunsurile se scriu pe foaie flipchart. Se face analiza și sinteza celor expuse de participanți, apoi prezentați materialul teoretic corespunzător. (Fișa resursă A, B)

#### **4.2. Activitate. Ajută-mă să reușesc (60 min.)**

Se formează grupuri a câte 3 persoane. Facilitatorul explică participanților că fiecare din ei va avea un rol: unul va fi legat la ochi cu o eșarfă, altul va avea ca sarcină să-l ghideze pe primul, prin indicii verbale, al treilea va trebui să creeze obstacole în drumul primilor doi, cu ajutorul unor obiecte din încăperea (scaune,

---

<sup>1</sup> Nevoile de bază din spatele comportamentului copilului, Organizația Salvați Copiii România, 2021

pixuri, bănci etc.). O condiție importantă a jocului e ca în timpul mersului prin cameră, cel legat la ochi să nu atingă nici unul din obstacolele întâlnite. Participanții își repartizează rolurile în cadrul echipei, după care încep jocul. Jocul finalizează când se face turul complet al încăperii.

#### ***Analiza activității:***

- Cum v-ați simțit? (vorbesc pe rând participanții în rolul persoanei legate la ochi cu eșarfa, în rolul de îndrumător și cei ce au creat obstacole);
- Care dintre cele 3 personaje e copilul?;
- Ce reprezintă, în plan simbolic, legarea la ochi a copilului?;
- Ce reprezintă, în plan simbolic obstacolele?;
- Ce rol are această orientare, făcută de adulții implicați în viața și educația copilului?;
- Ce necesități ale copilului au fost respectate în acest exercițiu?;
- Numiți consecințele nesatisfacerii nevoilor de suport, sprijin, ghidare.

#### **4.3. Legătura dintre necesitate și comportament (40 min.)**

Analizați cazul următor: *Alina, o fetiță de cinci ani, hoinărește prin zona unde părinții ei și musafirii lor au nevoie de o atmosferă liniștită pentru discuția despre muncă. Ea pornește televizorul, sau stă în fața musafirilor sau cere câte ceva de la mamă. Părinții îi reamintesc că sunt ocupați dar peste puține minute, repetă aceleași comportamente. Alina e foarte persistentă, iar tatăl ei e foarte furios. Dacă nu ar fi fost musafiri în vizită, probabil ar fi bătut-o.*

- Care e scopul/motivul comportamentului Alinei?;
- Cum te-ai simți dacă tu ai fi părintele ei?;
- Cum ai reacționa?

Căutați idei despre cauza comportamentelor nepotrivite ale copiilor.

**Exemple:** având părinți ce așteaptă prea mult de la ei; nevoia de a capta atenția sau de a proteja sentimentele și proprietatea lor; încercarea de a se comporta ca adulții; se îmbolnăvesc sau urmează să se îmbolnăvească; se simt supărați, speriați sau frustrați; sunt sub mult stres sau tensiune; au o percepție confuză despre ce este corect; au vizitatori neașteptați; au acasă relații slabe de familie; se simt înfometați sau somnoroși etc. (Fișa C)

#### **Fișa A. Necesitățile copilului**

**Nevoie** (Dex) – ceea ce se cere, ce este de absolută trebuință, necesitate. Prin *nevoi umane* mai înțelegem un ansamblu de cerințe materiale, economice, sociale, spirituale, de mediu ecologic ale vieții și activității oamenilor. Orice ființă umană are anumite nevoi. Nevoile pot fi clasificate în diferite modalități, având la bază diverse criterii (natura nevoii, subiectul purtător, ordinea priorității).



## Ierarhia trebuințelor/nevoilor după A. Maslow

În ierarhia trebuințelor umane, Maslow situează nevoile cele mai primitive la baza unei piramide. Deși toate nevoile sunt instinctive, nu toate sunt la fel de puternice. Astfel, nevoile cele mai puternice au fost așezate la baza piramidei trebuințelor. Cu cât o nevoie urcă spre vârful piramidei, cu atât este mai slabă și specifică individului respectiv. Se observă astfel că nevoile primare sunt comune atât tuturor oamenilor cât și animalelor. Ele includ **necesitățile fiziologice** (cum ar fi cele biologice ca hrana, apa, aerul, igiena), somnul, sexul și o temperatură relativ constantă a corpului.

Odată ce individul își satisface acest nivel de necesități, se poate concentra pe **nevoile de siguranță**. Acestea au de a face cu stabilitatea și consistența într-o lume relativ haotică. Ele țin mai mult de integritatea fizică, cum ar fi securitatea casei și a familiei. În unele cazuri, nevoia de siguranță motivează unii indivizi să devină religioși, religia oferindu-le confortul unei promisiuni de siguranță printr-un loc paradisiac. Nevoile de siguranță sunt cruciale pentru copii.

Urmează apoi **nevoia de iubire și apartenență**. La acest nivel se includ nevoia de prietenie, familie, apartenență la un grup, sau de implicare într-o relație intimă non-sexuală.

La nivelul patru sunt **nevoile de stimă**. Acestea cuprind atât recunoașterea venită din partea altor indivizi (ce rezultă în sentimente de putere, prestigiu, acceptare, etc.), cât și din respectul de sine, ce creează sentimentul de încredere, adevărate, competență. Nesatisfacerea nevoilor de stimă rezultă în descurajare și pe termen lung în complexe de inferioritate. O nevoie pronunțată de acest fel (de exemplu, nevoia pentru admirație), are la bază nesatisfacerea unor nevoi ce stau în vârful piramidei, cele de auto-actualizare estetică.

**Nevoile de auto-actualizare** vin din plăcerea instinctivă a omului de a fructifica la maximum capacitățile proprii, pentru a deveni din ce în ce mai bun. În esul *The Farther Reaches of Human Nature*, Maslow scrie că oamenii care au atins starea de auto-actualizare intră adesea într-o stare de *transcendență*, în care devin conștienți nu doar de potențialul lor personal, ci și de întreg potențialul speciei umane. Deși acești indivizi trăiesc adesea o bucurie extatică, simt totodată și o tristețe cosmică.

Pe primele patru nivele ale piramidei sunt nevoile așa-zise „deficiente”: o persoană nu simte nimic special dacă acestea sunt satisfăcute, dar simte un disconfort când nu sunt satisfăcute. Dincolo de aceste nevoi, următoarele mai sunt numite de „creștere”, nu dispar când sunt satisfăcute, în schimb, motivează individul în continuare.

În 1970, Maslow a publicat o revizie a piramidei din 1954, situând în vârful acesteia nevoile cognitive

(de a cunoaște, de a înțelege și de a explora) și pe cele estetice (pentru frumusețe, ordine, simetrie). Cu toate acestea, nu toate versiunile piramidei sale includ ultimele 2 nivele. Maslow a teoretizat că nevoile cognitive nesatisfăcute se transformă în nevoi neurotice (non-productive, ce perpetuează un stil de viață nesănătos).

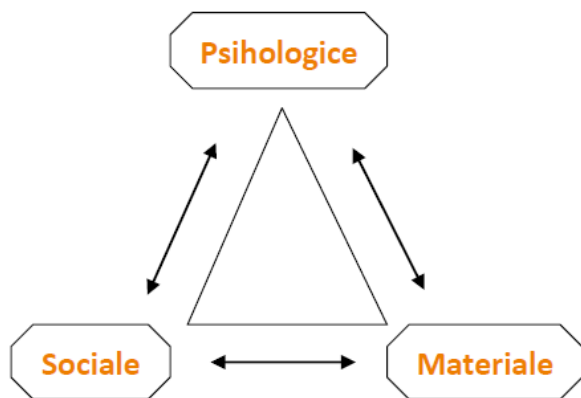


Maslow crede că singurul motiv pentru care oamenii nu se mișcă în direcția auto-actualizării e din cauza obstacolelor puse în calea lor de societate, mai ales printr-o educație deficitară ce nu poate schimba o persoană cu o slabă pregătire pentru viață, într-o persoană cu o abordare pozitivă. Maslow e de părere că educatorii ar trebui să fie răspunzători de potențialul pe care îl are un individ pentru a ajunge la auto-actualizare în felul său.

Secretul e că, dacă o nevoie de pe o treaptă inferioară nu este satisfăcută, atunci nu se poate trece la satisfacerea unei nevoi de pe o treaptă superioară. Ca de exemplu, nu îi poți cere unui om să fie creativ, dacă el nu are satisfăcută nevoia de autorespect. Extrapolând, nu îi poți cere unui copil să aibă rezultate bune la învățatură, dacă el nu are condițiile minime de securitate, de exemplu.

### Tipuri de necesități

<p><b>MATERIALE:</b> necesitățile esențiale pentru supraviețuirea și dezvoltarea normală</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hrană</li> <li>• Adăpost</li> <li>• Îmbrăcăminte</li> <li>• Asistență medicală</li> <li>• Siguranță/Protecție</li> <li>• Bani/Bunuri</li> </ul>
<p><b>SOCIALE:</b> necesitatea de a trăi în armonie cu alții în cadrul unei culturi sau comunități</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Familie</li> <li>• Prieteni</li> <li>• Școală</li> <li>• Religie</li> <li>• Cultură</li> <li>• Comunitate</li> <li>• Activități</li> </ul>
<p><b>PSIHOLOGICE:</b> necesități legate de bunăstarea interioară și dezvoltarea personală</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dragostea și grija părinților</li> <li>• Valori/convingeri</li> <li>• Simțul apartenenței</li> <li>• Recunoaștere</li> <li>• Respect</li> <li>• Independență și libertate</li> <li>• Amici, prieteni</li> <li>• Responsabilități</li> <li>• Pace și unitate</li> </ul>



Copiii au nevoi fizice ce trebuie satisfăcute pentru ca ei să crească, de asemenea, au și nevoi psihosociale pentru a se dezvolta la nivel emoțional și mai au nevoie de o bază solidă de siguranță în familiile lor, de unde pot să exploreze lumea. Deseori, în asistența copiilor, sunt accentuate soluționarea necesităților **materiale** și se uită de necesitățile **sociale** și **psihologice**. Dragostea și grija sunt la fel de importante pentru dezvoltarea sănătoasă a copilului ca și alimentația potrivită.

Între cele 3 categorii de necesități nu există ierarhie, există doar **interacțiune** și **interdependență**.

### Fișa B. Evoluția necesităților la copii de diferite vârste.

Când un copil crește, nevoile lui se schimbă, la fel ca și sprijinul de care are nevoie din partea persoanelor ce îl înconjoară. Acest sprijin se schimbă treptat incluzând tot mai multe persoane, extinzându-se puțin câte puțin de la părinți, la o comunitate mai mare.

	Copii între 0 și 4 ani	Copii între 5 și 11 ani	Preadolescenți și adolescenți Între 12 și 18 ani
Învățare	<ul style="list-style-type: none"> <li>5 simțuri</li> <li>curiozitate</li> <li>interacțiune</li> <li>jocuri</li> <li>mișcare</li> <li>limbaj și plâns</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explorare</li> <li>întrebări „de ce”</li> <li>joc, imitație</li> <li>lectură, scris, știință</li> <li>valori, reguli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>comportament riscant</li> <li>afirmare de sine prin critică și rebeliune</li> <li>punere în discuție a sensului vieții</li> <li>modele</li> <li>idei noi</li> <li>dezvoltare a simțului moral</li> <li>separare de familie</li> </ul>
Nevoi	<ul style="list-style-type: none"> <li>atenție, îngrijiri parentale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>valori, credințe</li> <li>recunoaștere</li> <li>prieteni</li> <li>conștiință</li> <li>jocuri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>valori, credințe</li> <li>independență, libertate</li> <li>identitate</li> <li>conștiință și expresie potrivită a sexualității</li> <li>simțul apartenenței</li> <li>recunoaștere</li> </ul>
Răspuns pozitiv	<ul style="list-style-type: none"> <li>atenție fizică și emoțională</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>răspunsuri la întrebări</li> <li>complimente, elogii</li> <li>reacții pozitive de la prieteni</li> <li>învățare la școală</li> <li>responsabilități determinate</li> <li>directive determinate cu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>explicații, mărturii</li> <li>ascultare, înțelegere</li> <li>spațiu, independență mărită și responsabilități</li> <li>sfaturi și ajutor (dacă e necesar)</li> <li>interacțiune pozitivă cu persoanele din afara familiei</li> <li>dragoste și sprijin continuu al</li> </ul>

		explicații	familiei
Resurse interioare	<ul style="list-style-type: none"> <li>• atașament</li> <li>• încredere</li> <li>• simț al apartenenței</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• reguli culturale și morale</li> <li>• încredere,</li> <li>responsabilitate</li> <li>• competențe sociale</li> <li>• simț al apartenenței</li> <li>• cooperare</li> <li>• conștiința de sine și de exterior</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• modele</li> <li>• cultură, scopul vieții</li> <li>• identitate</li> <li>• independență</li> <li>• responsabilitate</li> <li>• capacitate de a lua decizii și de a soluționa probleme</li> <li>• construire de relații</li> </ul>

### Fișa C. Legătura dintre necesitate și comportament

Comportamentul copilului e motivat întotdeauna de o nevoie. Sarcina adultului (părinte, îngrijitor, educator, profesor) e să identifice nevoile ce generează comportamentul nedorit al copilului și să caute modalități mai adecvate prin care să realizeze aceste nevoi și să elimine comportamentele nedorite/inadecvate. Comportamentele neadecvate nu trebuie să schimbe percepția părintelui față de copil, dragostea și respectul față de el.

Comportamentele nedorite sunt cele considerate că apar prea des, în număr prea mare sau la un moment nepotrivit.

Situații în care ar trebui să ne îngrijoreze comportamentul copilului:

- ✓ Comportamentele ce continuă după o anumită vârstă, când ne așteptăm de la copil să răspundă într-un alt mod;
- ✓ Comportamente ce se repetă prea des și interferează cu abilitatea copilului de a învăța sau limitează posibilitatea copilului de a se dezvolta corespunzător;
- ✓ Comportamentele ce în alt context sunt adecvate, dar care într-o anumită situație pot reprezenta un risc pentru el sau pentru alții sau pot duce la violarea drepturilor altora;

Când stabilim dacă un comportament e adecvat sau nu, trebuie să ținem cont de mai mulți factori, eliminând situațiile următoare:

- ✓ E vorba despre un comportament specific vârstei respective. (Vezi modulul Particularitățile de vârstă ale copilului);
- ✓ A apărut într-un anumit mediu ce facilitează manifestarea comportamentului.

Comportamentul survine de multe ori doar într-un anumit context, apariția lui fiind facilitată de caracteristicile acelu mediu (prezența persoanelor semnificative pentru copil) sau modificări ale mediului (schimbarea locului de trai sau părinții plecați, iar îngrijitorii se schimbă frecvent). Putem menționa câțiva factori externi: stresul familial, conflicte din familie, stilul parental etc.;

- ✓ Apare datorită caracteristicilor individuale ale copilului. Fiecare copil e unic în ce privește: nivelul de activism, sensibilitatea, exprimarea emoțională, curiozitatea, toleranța la frustrare și amânarea recompensei, concentrare etc.;
- ✓ Standarde comportamentale ale familiei. E un comportament acceptabil în alte familii, dar nu corespunde cu standardele comportamentale ale familiei din care face parte copilul.

### **Aplicația 5. Copiii învață ceea ce trăiesc**

\*\*\* În cartea „Copiii învață ceea ce trăiesc: educația care insuflă valori” (2007), de Dorothy Law Nolte și Harris Rachel, versurile poemului sunt afirmații cu mult adevăr și înțelepciune. Alegeți versurile care exprimă pentru dumneavoastră o realitate și analizați sensurile afirmațiilor respective aducând argumentele care susțin afirmațiile fiecărui vers.

„Dacă trăiesc în critică și cicăleală, copiii învață să condamne.

Dacă trăiesc în ostilitate, copiii învață să fie agresivi.

Dacă trăiesc în teama, copiii învață să fie anxioși.

Dacă trăiesc înconjurați de milă, copiii învață autocompătirea.

Dacă trăiesc înconjurați de ridicol, copiii învață să fie timizi.

Dacă trăiesc în gelozie, copiii învață să simtă invidia.

Dacă trăiesc în rușine, copiii învață să se simtă vinovați.

Dacă trăiesc în încurajare, copiii învață să fie încrezători.

Dacă trăiesc în toleranță, copiii învață răbdarea.

Dacă trăiesc în laudă, copiii învață prețuirea.

Dacă trăiesc în acceptare, copiii învață să iubească.

Dacă trăiesc în aprobare, copiii învață să se placă pe sine.

Dacă trăiesc înconjurați de recunoaștere, copiii învață că este bine să ai un țel.

Dacă trăiesc împărțind cu ceilalți, copiii învață generozitatea.

Dacă trăiesc în onestitate, copiii învață respectul pentru adevăr.

Dacă trăiesc în corectitudine, copiii învață să fie drepti.

Dacă trăiesc în bunăvoință și considerație, copiii învață respectul.

Dacă trăiesc în siguranță, copiii învață să aiba încredere în ei și ceilalți.

Dacă trăiesc în prietenie, copiii învață că e plăcut să trăiești pe lume.”

### **Aplicația 6. Efectul Pygmalion. Efectul Golem.**

\*\*\* Citiți informațiile referitoare la Efectul Pygmalion și Efectul Golem.

\*\*\* Realizați o hartă mentală a situațiilor în care cele două efecte au fost vizibile.



**Efectul Pygmalion, numit și efectul Rosenthal** (după numele psihologului american, care l-a definit) este o profeție autorealizabilă, altfel spus, un fenomen de natură psihologică, presupunând modificarea comportamentului unui individ de așa manieră încât ceea ce, la un moment dat, nu ar fi fost decât o posibilitate, printre altele, să devină realitate, prin focalizarea pe respectiva situație. Mai simplu, cu cât așteptările, față de o persoană, sunt mai mari, cu atât aceasta va ajunge la o performanță mai mare.

**Rosenthal a descoperit efectul Pygmalion pornind de la următorul experiment:** a constituit două eșantioane formate din câte șase șoareci de laborator fiecare, pe care i-a dat în grija a două grupuri de studenți. Studenților li s-a comunicat că șoarecii din primul eșantion au fost atent selecționați și că ar trebui să se obțină, la testul labirintului, rezultate excepționale de la aceștia, în timp ce în al doilea eșantion – li s-a spus studenților – erau șoareci fără nimic deosebit, chiar cu probleme genetice, care, probabil, nu vor trece testul labirintului. În realitate, între șoarecii din primul eșantion și cei din al doilea nu exista nicio diferență. La final, s-a constatat însă că studenții, care crezuseră că șoarecii lor sunt mai inteligenți, le acordaseră mai multă grijă și simpatie decât cei din cealaltă grupă, iar rezultatele experimentului au fost mult mai bune pentru primii.

Înainte de acest experiment, Rosenthal mai făcuse unul într-o școală săracă, de cartier, pretinzând că este un reprezentant al renumitei Universității Harvard și că face niște studii care presupuneau **măsurarea IQ-ului elevilor**. Ulterior, rezultatele măsurărilor, supraevaluate pentru 20% dintre elevi, au ajuns, ca din întâmplare, la aceștia, peste un an constatându-se o reală îmbunătățire a rezultatelor școlare în cazul respectivilor elevi.

**Efectul Rosenthal, poate fi valorificat cu succes** în școală, dacă profesorul, de exemplu, în cunoștință de cauză, ar ști să aibă așteptări mari de la elevi, în timp aceștia ajungând, într-adevăr, la astfel de rezultate, evitându-se astfel „etichetările” cu toate consecințele lor negative.

**Fenomenul invers efectului Pygmalion se numește efectul Golem** și înseamnă obiective și rezultate modeste, generate de o atitudine negativă din partea celor din jur.

### **Bibliografie:**

1. Audrey Akoun, Isabelle Pailleau, *Învăță altfel cu pedagogia pozitivă*, Didactica Publish House, 2017;
2. *Nevoile de bază din spatele comportamentului copilului*, Organizația Salvați Copiii România, 2021;
3. *Ghid de lucru cu părinții, proiectul Zefir. Împreună pentru puterea de acțiune*, București, 2016.

## CLIMATUL EDUCAȚIONAL ȘI STAREA DE BINE

Prof. Irina Roxana Acatrinei

„Învățarea nu are loc între gura cuiva și urechea altcuiva, ci are loc între inimi și minți.”

(Mentalitate deschisă)

Creierul uman a evoluat pentru a se conecta și pentru a învăța de la alte creiere, în contextul relațiilor semnificative. El se dezvoltă cel mai bine în următoarele contexte: al relațiilor pline de sprijin, al unor niveluri reduse de stres și activare emoțională, acolo unde există o focalizare echilibrată pe gânduri și emoții și prin folosirea creativă a poveștilor (L. Cozolino).

Relațiile din sala de clasă optimizează capacitatea de învățare. Atașamentul sigur al elevului față de colegi și profesori descrie capacitatea sa de a fi legat de ceilalți și a se simți în siguranță printre ei. Atașamentul nesigur reprezintă incapacitatea de a fi consolată și alinat de ceilalți, fiind rezultatul unor interacțiuni imprevizibile sau generatoare de anxietate.

Distanța interpersonală și indiferența emoțională trebuie eliminate din ecuația educațională. Învățarea se produce cu bucurie atunci când între elev și profesor există o relație bazată pe încredere, când elevii sunt curioși, au curaj să adreseze întrebări, își exprimă opiniile, greșesc. Greșelile nu sunt sancționate, ci sunt privite ca oportunități de învățare ce pot fi îmbunătățite.

Primul pas pentru a asigura succesul învățării este crearea unui climat educațional propice, pozitiv și optimist, ce asigură nevoile copilului. William Glasser identifică 5 categorii de nevoi fundamentale care facilitează învățarea: nevoi de supraviețuire (nevoi primare, fiziologice), nevoi de putere (control, competență), nevoi de libertate (decizii, alegeri), nevoi de apartenență (acceptare, înțelegere, empatie), nevoi de bună dispoziție (voie bună, relaxare). Climatul școlar influențează performanțele profesorilor și elevilor, dar și calitatea activităților pedagogice în ansamblu, putând avea atât valori pozitive (factor de susținere), cât și valori negative (factor perturbator).

Climatul educațional pozitiv înseamnă atât un mediu ambiant, fizic, favorabil învățării, cât și o atmosferă de încredere și de siguranță. Prin siguranță emoțională și control, elevii se simt confortabil și știu ce se așteaptă de la ei. Elevii și profesorii acționează pentru îndeplinirea unor obiective comune și contribuie la formarea unei culturi a clasei. Cultura clasei este definită prin sentimentele de apartenență la clasa respectivă (facilitate de ritualuri și teme comune) ce susțin identitatea colectivului. La școală elevii pot fi veseli sau triști, exuberanți sau melancolici. Însă toți se simt apreciați într-o clasă prietenoasă, cu cadre didactice apropiate de ei, dar și exigente, cu elevi care au trăiri afective pozitive. Ambientul clasei/școlii trebuie să aibă propria sa identitate, să devină locul unde copilul se simte bine, un mediu care să-l reprezinte. Fiecare colțișor al clasei trebuie să transmită un mesaj coeziv, reprezentând atât colectivul, cât și pe fiecare elev în parte.

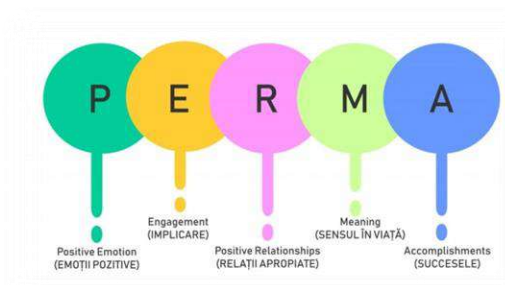
L. Cozolino utilizează noțiunea de *mediu susținător*, care reprezintă un spațiu interpersonal ce generează reglarea emoțională, siguranța și încurajarea, astfel încât susține încrederea reciprocă, explorarea și învățarea adaptivă: ”Profesorii ar trebui întotdeauna să-i susțină în mod activ pe elevi pentru a reuși”.

Printr-un climat educațional pozitiv, este asigurată starea de bine a participanților la actul educațional.

Conceptul *starea de bine* (well-being) este un concept complex, biopsihosocial, fiind corelat cu satisfacția în viață, stima de sine, implicarea socială și sistemul de valori al unei persoane.

Starea de bine implică *starea de bine fizică* (sănătatea), *cognitivă* (realizări în carieră), *socială* (relații pozitive cu cei din jur), *emoțională* (gestionare pozitivă a emoțiilor și autocontrol), *spirituală* (valori și credință).

Psihologia pozitivă (Martin Seligman) descrie starea de bine a unei persoane prin 5 elemente de bază, structurate în modelul P.E.R.M.A. Cele 5 componente descrise în acest model mai sunt numite și cărămizile ce alcătuiesc bunăstarea unei persoane.



**P – Positive emotions** (emoții pozitive): probabil cea mai evidentă componentă conectată la fericire. Ea se referă la emoții precum bucurie, recunoștință, iertare, speranță, optimism și savurarea clipei. Mai mult decât atât, se referă la o viziune pozitivă asupra vieții și la căutarea inspirației în viața cotidiană.

**E - Engagement** (angajament, implicare): Angajarea, sau implicarea deplină în activitățile pe care le facem, ne ajută să învățăm și să ne dezvoltăm frumos. Ideal ar fi să găsim acele activități care ne absorb complet și ne fac să uităm de noi.

**R - Relationships** (relațiile și conexiunile pe care le avem cu ceilalți): Relațiile pozitive cu persoanele apropiate ne fac să ne simțim iubiți și sprijiniți în momentele grele.

**M - Meaning** (sensul în viață). Găsirea scopului vieții noastre este un element crucial al bunăstării. Înțelegând pentru ce trăim, ne face mai dornici să ne atingem scopurile și să facem față greutăților. Și nu oricum, ci cu tot entuziasmul și energia pe care le avem. În plus, putem reflecta la locul nostru pe acest pământ și la faptul că există ceva mai mare ca noi. Așa ne putem bucura de ceea ce ne oferă viața aici și acum.

**A - Accomplishments** (realizări): acele momente când ne-am atins obiectivele și suntem învingători, mai exact, obiective realiste, mici sau mari, precum a citi o carte într-o săptămână, a planta un copac sau obiectivul de a fi mai atent când povestești cu prietenul tău. Având aceste succese, vom deveni mai motivați și bucuroși că ne construim viața pe care ne-o dorim.

Pentru finlandezul Erik Anders Allardt, starea de bine se definește prin 3 verbe: A AVEA (condițiile materiale și alte necesități: venituri, slujbă, locuință, sănătate etc.), A FI (dezvoltarea potențialului unei

persoane, statut social, integrarea în societate, resurse, legătura cu natura), A IUBI (relaționarea pozitivă cu cei din jur).

*Starea de bine în școală* este preocuparea multor sisteme de învățământ mai avansate și a devenit și preocuparea noastră. Un model complex și complet este modelul finlandez Konu și Rimpela. Acest model împarte starea de bine dintr-o școală în patru categorii:

1. Condiții de lucru – mediu fizic școlar, hrană, servicii medicale, activități de consiliere etc.
2. Relații – cu persoane din comunitatea educațională (profesori – elevi/elevi – elevi/profesori – părinți etc.)
3. Mijloacele de realizare personală – modul în care primesc feedback și încurajare
4. Starea de sănătate fizică și mintală.

În 2016, raportul UNESCO *Happy Schools! A Framework for Learner Well-Being in the Asia-Pacific* propune 2 niveluri de intervenție pentru a transforma școlile în locuri ale fericirii: cel al politicilor educaționale și cel al școlii. Conform aceluiași studiu, există 22 de criterii care constituie caracteristica unei școli fericite. Acestea sunt împărțite în trei categorii:

I. Oamenii și relațiile care se construiesc într-o școală.

II. Proces, mai exact modul prietenos și relaxant în care are loc învățarea

III. Spațiul în care are loc învățarea, un mediu școlar cald, prietenos, în care se practică un management prietenos.

În perioada 2017-2020, România (Universitatea din București, în parteneriat cu VIA University College, Universitatea din Horsens, Danemarca) a implementat proiectul Rodawell, Centrul Româno-Danez pentru Starea de Bine a Copiilor. Proiectul și-a propus să promoveze performanță în învățare, prin crearea și promovarea unui model de educație ce pune accentul pe dimensiunea de stare de bine psihologică a copiilor (well-being), în grădinițe și școli primare. Deviza proiectului a fost ”Credem că este mai potrivit să transformăm școlile în spații pregătite să întâmpine nevoile de dezvoltare ale copiilor. Și nu invers.”. Materiale și instrumente utile pot fi consultate și folosite în activitatea didactică, pe site-ul proiectului <https://rodawell.fpse.unibuc.ro>.

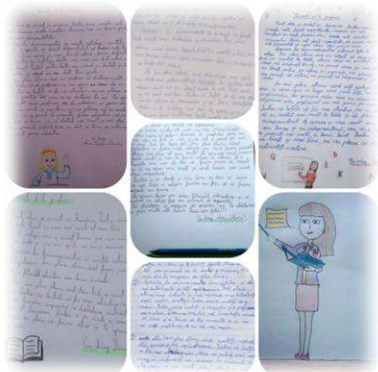
### ***Elevii, despre starea lor de bine***

Starea de bine este o destinație plăcută și dorită de noi, toți, fie profesori, fie elevi. Ca profesori, putem influența starea elevilor noștri prin activitățile antrenante pe care le desfășurăm sau, printr-un dialog sincer, putem să aflăm de la ei factorii ce pot contribui la îmbunătățirea acesteia.

Elevii clasei a VI-a A au fost provocați de d-na dirigintă, profesor Irina Roxana Acatrinei, să scrie o scrisoare profesorilor prin care să-și exprime opinia cu ceea ce apreciază la orele de curs și ceea ce ar trebui îmbunătățit pentru ca starea lor de bine să atingă cote înalte. Activitatea s-a dorit a fi o primă etapă, următoarea constând în realizarea unei scrisori-fluviu și expunerea ei pe holul școlii.

Tehnica scrisorii-fluviu a fost experimentată și premiată în cadrul Târgului de Inventică Didactică la Școala de iarnă a Educației de excelență, în 2009, pentru multiplele ei valențe educative. Pe o rolă obișnuită de

fax se delimitează spații de redactare de aproximativ 25-30 cm pentru fiecare participant. Elevii sunt împărțiți pe grupe, astfel încât să fie respectate regulile igienico-sanitare în vigoare și să se poată asigura spațiul necesar de redactare a lucrării. Elevii sunt așezați în linie, astfel încât să aibă libertate de mișcare și să le fie permis să colaboreze și să se antreneze reciproc în activitate. În prima etapă, se vor lăsa libere câteva spații între elevi, ce vor fi completate de membrii celeilalte grupe.



Fiecare elev a redactat scrisoarea urmând un tipar sugerat; în partea introductivă, ei au precizat ce reprezintă școala pentru ei, principalul scop fiind acela de a conștientiza rolul acestei instituții în formarea lor, în orientarea și planificarea carierei. În partea a doua, elevii au descris aspecte pe care le apreciază în desfășurarea orelor de curs: *ore distractive și educative, comunicăm liber, aveți răbdare, facem scheme, facem proiecte, facem jocuri pentru a înțelege mai bine lecția*. În ultima parte, elevii au descris aspecte pe care ar dori să le schimbe sau ar dori să fie prezente pe parcursul orelor de curs: *profesorul să fie mai bine-dispus, lecții mai atractive, predarea schematică, desfășurarea orelor în natură sau în laboratoare, utilizarea filmelor educative, munca în echipă, activități creative*.

Elevii clasei a VI-a B, sub îndrumarea d-nei diriginte, profesor Mirela Sveduneac, au desfășurat activitatea **Starea de bine – ce mă face fericit?** Scopul activității a fost de a identifica, prin aplicarea unui chestionar, factorii care contribuie la crearea stării de bine a elevilor și îi determină să-și urmeze aspirațiile și visele. Odată instalată, bunăstarea interioară îi ajută să învețe mai bine și mai ușor. Emoțiile pozitive pe care ei le trăiesc, de la recunoștință, bucurie, optimism, dragoste, încredere în sine, curiozitate, inspirație, speranță, amuzament și până la pacea interioară, joacă un rol important asupra întregii lor bunăstări, contribuind, printre altele, la îmbunătățirea modului în care gândesc, a capacității de concentrare, a condiției fizice și intelectuale. În a doua parte a activității, dând frâu liber imaginației, elevii au reprezentat factorii identificați prin desen și culoare.





## *Starea de bine a elevului începe cu starea de bine a profesorului!*

O școală a stării de bine este ca o casă:

**fundatia** - organizare, echipă, responsabilități, scop comun, cultură organizațională;

**etaj I** – sprijin personal, coaching, dezvoltare profesională, gestionarea conflictelor;

**etaj II** – team building, petreceri, fructe, cafea în cancelarie etc.

Organizația pentru Cooperare și Dezvoltare Economică (OCDE), pe baza studiilor numeroase întreprinse, propune următorul model prin care definește starea de bine a profesorului din prisma a patru componente-cheie:

1. Starea de bine fizică și mintală (sănătate fizică și mintală)
2. Starea de bine cognitivă (cunoștințe și deprinderi necesare în practicarea meseriei)
3. Starea de bine subiectivă/personală (necesitatea unui echilibru afectiv și emoțional)
4. Starea de bine socială (calitatea relațiilor)

Blogul: „Despre educație: reformă la firul ierbii” [www.anca-tirca.blogspot](http://www.anca-tirca.blogspot)



## *EMOMETRUL, un instrument util în stabilirea stării de bine*

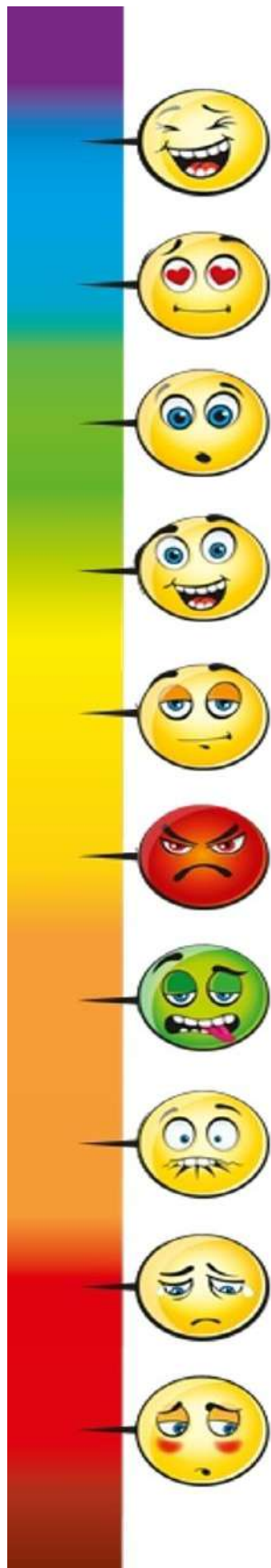
Un instrument util este EMOMETRUL, menit să arate starea emoțională a oamenilor. Emometrul include 10 emoții prin care poate trece oricine, ordonate vertical, de sus în jos: bucurie, iubire, mirare, curaj, mândrie, furie, dezgust, frică, tristețe, rușine, în funcție de energia pe care o aduce acea emoție. La clasă, instrumentul creează disponibilitate pentru activități de învățare, putând fi realizat în orice formă artistică dorește cadrul didactic, dar reprezentând și respectând o scală a culorilor, pe care sunt așezate emoțiile în ordinea menționată mai sus.

Fiecare elev are un ecuson propriu, reprezentând un simbol sau o imagine. Emometrul este așezat la o înălțime accesibilă pentru elevi, iar ecusoanele sunt în partea de sus a emometrului. Pentru a-l folosi, cadrul didactic alocă 1 minut de liniște, pentru ca fiecare copil să intre în contact cu corpul său și apoi încă 1-2 minute în care copiii își prinde ecusonul în dreptul emoției respective. Astfel, cadrul didactic va ști în fiecare moment al zilei în ce stare se află copiii de la clasă și va ști cum să comunice cel mai bine cu fiecare copil în parte.

Recomandarea specialiștilor este ca acest Emometru să fie folosit zilnic, poate chiar la începutul zilei. Emometrul va ilustra simplu starea în care se află fiecare copil. Cadrul didactic va ști mai repede cine are nevoie de sprijin și astfel se va crea un mediu prielnic pentru învățare.

Este foarte important de a ne identifica starea de la începutul zilei și apoi, de a începe lecția propriu-zisă. Procedând invers, eficiența predării se va pierde. Acest instrument poate fi folosit atât de către elevi, cât și de către profesori.

O variantă mai simplă a acestui instrument este SENTIMETRUL. Se va utiliza un cod al culorilor pe care elevii îl vor însuși treptat și se vor identifica cu acestea, în funcție de sentimentele trăite: roșu – energie, furie, supărare, iubire; galben – veselie; albastru – plictiseală, tristețe; verde – calm, dar și indispoziție, rău.



## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității: ***ELEVII, DESPRE STAREA DE BINE***

2. Coordonatorul: prof. Acatrinei Irina Roxana

3. Data desfășurării: 20.X.2021

4. Durata activității: 1 oră

5. Grupul țintă: elevi, profesori

6. Parteneri implicați: -

7. Obiective (2, max. 3):

a. identificarea aspectelor pozitive în activitatea școlii, în general și a profesorilor, în special;

b. identificarea aspectelor ce pot fi îmbunătățite în activitatea profesorilor, în vederea creșterii stării de bine a elevilor.

8. Resurse:

a. Umane – elevii

b. Materiale- coli de hârtie, hârtie fax, instrumente de scris, creioane colorate.

9. Descrierea activității:

I. Fiecare elev a redactat scrisoare urmând un tipar sugerat:

- partea introductivă: ei au precizat ce reprezintă școala pentru ei, principalul scop fiind acela de a conștientiza rolul acestei instituții în formarea lor, în orientarea și planificarea carierei;
- partea a doua: elevii au descris aspecte pe care le apreciază în desfășurarea orelor de curs;
- parte a treia: elevii au descris aspecte pe care ar dori să le schimbe sau ar dori să fie prezente pe parcursul orelor de curs.

II. Scrisoare-fluviu (scrisoare – colectivă)

Pe o rolă obișnuită de fax, se delimitează spații de redactare de aproximativ 25-30 cm pentru fiecare participant. Elevii sunt împărțiți pe grupe, astfel încât să fie respectate regulile igienico-sanitare în vigoare și să se poată asigura spațiul necesar de redactare a lucrării. Elevii sunt așezați în linie, astfel încât să aibă libertate de mișcare și să le fie permis să colaboreze și să se antreneze reciproc în activitate. În prima etapă, se vor lăsa libere câteva spații între elevi, ce vor fi completate de membrii celeilalte grupe.

10. Rezultate/impact:

Activitatea s-a dorit a fi o primă etapă, următoarea constând în realizarea unei scrisori-fluviu și expunerea ei pe holul școlii. Sunt exersate capacitățile elevilor de colaborare, cooperare, analiză și sinteză, astfel încât produsul final să fie unitar, cuprinzând ideile lor colective.

11. Modalități de evaluare a activității: scrisoare-fluviu

## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității: ***STAREA DE BINE-CE MĂ FACE FERICIT?***

2. Coordonatorul: prof. Sveduneac Mirela

3. Data desfășurării: 21.X.2021

4. Durata activității: 1 oră

5. Grupul țintă: elevi, părinți, profesori

6. Obiective :

a.- Identificarea „ingredientelor” necesare pentru ca un elev să fie fericit în mediul școlar;

b.- Asigurarea/ creșterea stării de bine a elevilor în școală;

c.- Dezvoltarea relațiilor dintre școală și părinți în vederea formării unui climat favorabil dezvoltării stării de bine a elevului.

7. Resurse:

a. Umane – elevii

b. Materiale-PC, acuarele, carioci, foarfece, lipici, coli colorate, chestionare

8. Descrierea activității/proiectului/concursului etc. (succinct):

În realizarea acestei activitati am urmărit, utilizând informațiile obținute din chestionare, nivelul stării de bine la care au ajuns elevii în mediul școlar. Ce anume le creează starea de bine și îi determină să-și urmeze aspirațiile și visele.

9. Rezultate/impact:

Elevii au fost receptivi și am descoperit împreună că bunăstarea interioară îi ajută să învețe mai bine și mai ușor.

Emoțiile pozitive pe care ei le trăiesc, de la recunoștință, bucurie, optimism, dragoste, încredere în sine, curiozitate, inspirație, speranță, amuzament și până la pacea interioară, joacă un rol important asupra întregii lor bunăstări, contribuind, printre altele, la îmbunătățirea modului în care gândesc, a capacității de concentrare, a condiției fizice și intelectuale.

10. Modalități de evaluare a activității:

a. chestionar

b. confectionarea unui panou tematic



## TEORII ALE MOTIVAȚIEI. RECOMPENSĂ ȘI PEDEAPSĂ

Prof. Irina Roxana Acatrinei



Într-un climat educațional pozitiv și optimist, elevul va fi profund implicat în sarcinile de învățare, va fi orientat spre finalități într-o mare măsură conștientizate. Cu alte cuvinte, elevul va fi motivat.

Termenul „motivație” își are originea în verbul latin “movere”, care înseamnă „a pune în mișcare”. Motivația are rolul de a orienta, susține și determina eforturile depuse de elevi în vederea realizării unor scopuri proprii sau a celor fixate de alții. Motivația este o sursă de activitate și de aceea este considerată ”motorul personalității”. Acest proces psihic are rol deosebit de important în activitatea de învățare a elevului și, în consecință, în formarea personalității acestuia. Motivația are nu numai un caracter energizator sau activator asupra comportamentului, ci totodată și unul de direcționare al comportamentelor. Astfel putem conchide că motivația dispune de două segmente importante: unul de energizare, iar celălalt vectorizant, de orientare a comportamentului spre realizarea unui anumit scop.

Prin conceptul de *motivația învățării școlare* desemnăm ansamblul factorilor interni ai personalității elevului care-i determină, orientează, organizează și susțin eforturile în învățare. Acești factori interni sunt motivele, adică acele cauze de ordin mental – imagini, judecăți, idei – care apar ca rezultat al reflectării în conștiința școlarului a obiectelor, situațiilor și cerințelor mediului și care intră în relație cu trebuințele sale, determinând anumite tensiuni emoționale. Astfel, motivele care îi determină pe elevi să învețe sunt de mai multe feluri: sociale, cognitive, de ordin afectiv, profesionale, ale autorealizării, succesul sau insuccesul școlar, aptitudinile speciale.

Cercetările asupra procesului motivațional pornesc de la asumția existenței a trei factori importanți, ce concură la explicația motivației: biologici, de învățare și cognitivi. Prin coroborarea acestor dimensiuni, rezultă motivația comportamentelor noastre. Alimentația de exemplu este determinată de combinația: senzațiilor organice de foame, cauzate de trebuința de hrană (factorul biologic), de preferința noastră pentru supă de pui (factorul învățat) și de cunoștințele noastre despre o alimentație sănătoasă, care ne face să optăm pentru carnea albă în defavoarea celei roșii (factorul cognitiv). Când ne întrebăm de ce se comportă oamenii într-un anumit fel, trebuie să luăm în calcul toate cele trei dimensiuni.

Pornind de la ele s-au dezvoltat trei categorii de teorii asupra motivației:



1. *Teoriile biologice* sunt primele abordări sistematice explicative asupra motivației. Ele atribuie cauza comportamentului existenței unor instincte. Aceste instincte (cu funcție de mobil) se manifestă sub forma unor tipare înnăscute de comportament, ce se regăsesc în mod normal la toți membrii unei specii într-un set de condiții date. William James, unul din promotorii acestor teorii susține că oamenii sunt influențați nu atât de instinctele biologice, cât mai ales de cele psihosociale cum ar fi: gelozia, simpatia, sociabilitatea, curiozitatea, nevoia de afiliere, nevoia de-a achiziționa. Limita teoriilor biologice constă în aceea că, instinctele nu pot să explice diversitatea comportamentelor și preferințelor umane. Ele atașează doar o simplă etichetă acestor comportamente. Astfel a fost dezvoltat un nou set de teorii asupra motivației, care iau în calcul învățarea.

2. *Teoriile învățării* - Cel mai reprezentativ exponent al acestor teorii a fost Skinner. Conform teoriei lui, comportamentele noastre pot fi învățate prin:

- a) recompensele pe care le oferim unui individ imediat după execuția unui comportament dezirabil;
- b) pedepsele pentru un comportament indezirabil.

3. *Teoriile cognitive* - Aceste teorii pornesc de la explicația motivației comportamentelor umane, încercând să dea un răspuns la întrebarea: “de ce facem ceea ce facem?”. Modul în care răspundem diferitelor situații de viață, depinde de interpretarea pe care o dăm acestor situații.

Una dintre cele mai cunoscute teorii cognitive este teoria autodeterminării, ce a luat naștere din studiile elaborate de Edward L. Deci și Richard Ryan privind efectele motivației intrinseci și cele ale motivației extrinseci asupra comportamentului uman.

Motivația intrinsecă este centrată pe individ și se referă la realizarea unui comportament deoarece este interesant și plăcut. Aceasta îi face pe oameni să se implice în anumite activități pe care le găsesc interesante, iar satisfacția vine din natura activității pe care o desfășoară, din plăcerea muncii în sine sau din noutatea, provocarea sau interesul trezit de fiecare etapă a sarcinii pe care o realizează. În opoziție cu motivația intrinsecă, motivația extrinsecă determină individul să depună efort și să se implice ca urmare a unei condiționări externe, satisfacția provenind din gratificațiile externe obținute în urma realizării activității (recunoaștere, recompensă, evitarea pedepsei sau a unei consecințe neplăcute).

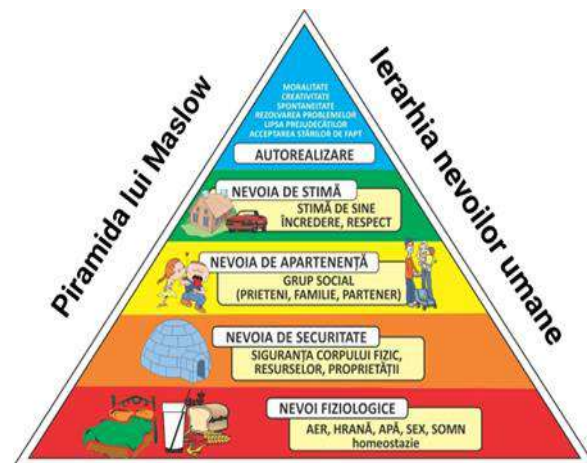
Conform cercetării, motivația intrinsecă este mai durabilă, implică o învățare activă, o creștere semnificativă a creativității și conduce la rezultate mai bune decât motivația extrinsecă.

O altă categorie de teorii sunt teoriile motivaționale, dar nu există o teorie unitară a motivației umane, care să aibă o putere explicativă suficientă de consistență.

De aceea, au fost dezvoltate mai multe teorii ale motivației, dintre care vom descrie pe scurt, doar 4 dintre ele, întrucât acestea acoperă majoritatea situațiilor concrete, mai exact teoriile lui Abraham Maslow, F. W. Herzberg, C. Alderfer și D. Mc. Clelland.

I. *Abraham Maslow* a fost un psiholog umanist american cunoscut astăzi, în special, pentru munca sa depusă în ierarhizarea nevoilor umane. Maslow a observat că ființele umane sunt motivate de stimuli, obiceiuri sau impulsuri instinctive necunoscute.

Pe primele 4 nivele sunt acele nevoi pentru care, de cele mai multe ori, oamenii nu simt nimic special dacă sunt satisfăcute dar simt un disconfort când acest lucru nu sunt realizat. Nevoile de la nivelul 5 sunt cele numite de „creștere” fiind cele care motivează omul în continuare, de auto-actualizare. Abraham Maslow considera ca motivele pentru care oamenii nu se mișcă în direcția auto-actualizării sunt obstacolele puse în calea lor de societate și de educația deficitară.



Iată care sunt, în opinia lui Maslow 7 caracteristici ale persoanelor împlinite:

- ✓ Persoanele împlinite sunt atrase de necunoscut – au mintea deschisă, creativă și pot identifica oportunități rapid.
- ✓ Persoanele împlinite interpretează obiectiv realitatea.
- ✓ Persoanele împlinite au carismă și îi inspiră pe cei din jurul lor. Sunt autentici și nu le este frică să se vulnerabilizeze, dacă este cazul. Nu sunt și nu se consideră perfecți așa că se acceptă cu defectele și calitățile lor.
- ✓ Persoanele împlinite au ca motivație personală dezvoltarea lor continuă. Evoluază permanent și sunt mereu pregătite pentru orice oportunitate sau obstacol care poate să apară în calea lor.
- ✓ Persoanele împlinite au capacitatea de a elimina din viața lor negativismul și scepticismul.
- ✓ Persoanele împlinite sunt recunoscătoare pentru ceea ce sunt deja și îi apreciază pe cei din jurul lor.
- ✓ Persoanele împlinite construiesc relații profunde și puternice fiind interesate mai degrabă de calitate decât de cantitate.

II. *F. W. Herzberg* - Conceptul Herzberg se concentrează pe influența satisfacției în muncă asupra motivației. Potrivit lui, există două categorii de factori care influențează motivația: factori ce aduc satisfacția, adică *motivatori* și factori care generează insatisfacții, pe care i-a numit de *igienă*. Printre acești factori de igienă, se numără: politicile și administrarea instituției, supravegherea, relațiile cu colegii, condițiile de muncă, salariul, securitatea postului iar actorii de motivație, realizările, recunoașterea, munca, responsabilitatea, avansarea, posibilitatea de creștere personală.

Factorii de igienă, extrinseci muncii, sunt aproximativ echivalentul nevoilor de rang inferior din ierarhia lui Maslow. Acțiunea acestor factori previne insatisfacția, dar nu conduce la satisfacție. Numai factorii care aduc satisfacție motivează indivizii în muncă, aceștia fiind, aproximativ, echivalenți nevoilor de rang superior ale lui Maslow.

III. *C. Alderfer* – Conform teoriei sale, teoria lui E.R.C. (existence-relatedness-growth), există trei grupe de nevoi: de existență (E), de relații cu alții (R) și de creștere (C)

În ceea ce privește modul de operare, deosebit de Maslow și Herzberg, Alderfer nu a susținut că nivelul de nevoi inferioare trebuie satisfăcut mai înainte ca nivelul de nevoi imediat superior să motiveze, sau că privațiunea este singura care activează o nevoie. Poate intra în acțiune un nivel superior fără ca nevoile de

nivel inferior să fi fost parțial sau integral satisfăcute. De asemenea, în motivarea unui individ pot fi dominante, în același timp, mai multe clase de nevoi.

Un alt element important adus de Alderfer este diferența dintre factorii de creștere și cei de rang inferior în ceea ce privește intensitatea influenței asupra motivației, pe durata acțiunii lor. Pe măsură ce nevoile de creștere sunt satisfăcute, ele vor spori și nu diminuează în intensitate. Sensul manifestării claselor de nevoi și susținerii motivației nu este doar de jos în sus, de la nevoile de existență la cele de creștere ale individului ci, invers.

#### *IV. Teoria celor trei nevoi a lui McClelland*

La începutul anilor șaiszeci, David McClelland a descris-o în cartea sa *Societatea realizatoare* („The Society Filmmaker”) teoria sa despre cele trei nevoi. În aceasta, definește trei tipuri de motivații împărțite de toți oamenii, indiferent de cultura lor, sexul lor și orice altă variabilă, deși acestea pot influența preponderența uneia sau altei nevoi:

##### 1. Nevoia de afiliere

Oamenii cu o motivație ridicată de a adera au dorințe puternice de a aparține grupurilor sociale. De asemenea, caută să-i placă pe alții, așa că tind să accepte opiniile și preferințele altora. Ei preferă colaborarea decât competiția și sunt incomode în situații care implică riscuri și lipsă de certitudine.

##### 2. Nevoia de realizare

Cei care înregistrează un scor ridicat în ceea ce privește nevoia de a obține au impulsuri puternice obiective provocatoare și nu sunt dispuși să-și asume riscuri pentru a-l atinge, cu condiția să fie calculat. În general, preferă să lucreze singuri decât în compania altor persoane și le place să primească feedback cu privire la sarcinile pe care le îndeplinesc.

##### 3. Nevoia de putere

Spre deosebire de oamenii mai afiliați, cei la care predomină motivația pentru putere se bucură de competiția cu ceilalți - de dragul câștigării, desigur. Cei cu o mare nevoie de putere apreciază foarte mult recunoașterea socială și urmăresc să controleze alte persoane, să le influențeze adesea comportamentul, din motive egoiste.

McClelland distinge două tipuri de nevoie de putere: cea a puterii socializate și cea a puterii personale. Oamenii care sunt mai aproape de primul tip tind să aibă mai multă grijă de ceilalți, în timp ce, cei cu o motivație ridicată pentru puterea personală, doresc mai ales să câștige putere în beneficiul lor.

#### ***Recompensă și pedeapsă***

Am prezentat mai sus teoria lui Skinner conform căreia, un om funcționează după mecanismul recompense și pedepse. Dar, practica educațională a demonstrat efectul nociv al acestora asupra educației elevilor.

Copiii trebuie să se simtă apreciați pentru ceea ce sunt și nu pentru comportamentul lor. Fiind alături de ei chiar și atunci când greșesc, îi vom ajuta să își asume consecințele și să dezvolte singuri strategii de rezolvarea problemelor. Prin aceasta implicare activă a lor în procesul autocunoașterii, copilul își va crea un sine autentic și va construi o părere obiectivă legată de normalitatea comiterii erorilor, acest aspect nefiind un

pericol în pierderea dragostei părinților. Greșeala nu este o infracțiune ce trebuie pedepsită, ci o experiență de învățare!

Recompensele și pedepsele atrag atenția copilului asupra propriei persoane, astfel el nu își va mai da seama ulterior că ceea ce face aduce repercursiuni nu tocmai plăcute asupra celor din jur, ci se va gândi la nedreptatea care i se face (pedeapsa) sau va lupta să le facă pe plac părinților pentru a câștiga ceea ce dorește, minimizând importanța valorii unui lucru și maximizând ceea ce îi poate aduce pozitiv din partea familiei (recompensa).

Cercetări în domeniul psihologiei sociale demonstrează că a recompensa o persoană pentru ceea ce face are ca efect în timp scăderea interesului pentru activitatea respectivă. Când este mic, fiecare copil învață foarte mult prin copiere și imitare, de aceea sunt mai importante exemplele pe care le are în jur decât pedepsele sau recompensele aplicate. Ca adulți, fie părinți, fie educatori, trebuie să ne străduim ca prin exemplul pe care-l dăm, să înțelegem că recompensa este activitatea însăși.

Prin aplicarea unor pedepse se poate produce un efect de undă prin care să fie mult amplificate resentimentele față de profesor, față de obiectul de studiu pe care acesta îl predă și chiar față de școală în general. Le formăm și le inducem mesajul neputinței, al neîncrederii, copilul nemaleflectând decât asupra durerii provocate lui însuși și neînțelegând de ce persoanele alături de care cresc, le fac rău intenționat.

Pedepsele corporale creează disconfort, cel pedepsit poate suferi daune mult mai mari, îi este afectat grav psihicul. Dacă sunt primite în copilărie, pedepsele corporale pot conduce la probleme comportamentale grave în viața adultă și, de cele mai multe ori, copilul ajuns adult va repeta experiența trecutului și va aplica la rândul său corecții fizice.

În cazul utilizării excesive a recompenselor, accentul cade pe succes și nu pe valoarea lucrurilor. Un copil îndrumat să învețe pentru a lua note mari își va pune la un moment dat întrebarea dacă ceea ce învață sau dacă materia respectivă chiar îl ajută mai mult decât de a-i face pe părinți să îi cumpere cadoul dorit sau a-l duce într-o vacanță. Se va dezvolta un spirit competitiv și copilul va prelua ideea conform căreia pentru a avea succes, trebuie ca alții să piardă și presiunea asupra sa va fi uriașă.

Nota este parte a sistemului de învățământ și nu trebuie folosită nici ca recompensă, nici ca pedeapsă. Copilul trebuie să conștientizeze că nu nota pe care o va obține îi va asigura succesul în viață, ci cunoștințele acumulate, felul în care gândește, ideile pe care le va pune în practică, pasiunea cu care va face profesia aleasă etc. Îndemnul este de „a construi” împreună școala la care elevul vine cu drag și nu din obligație, la care vine curios să afle lucruri noi și nu de frica sau satisfacția notelor.

Copilul va ști că a le face pe plac părinților este singura modalitate de a obține ce își dorește, inclusiv garantarea faptului că sunt iubiți. O astfel de formă a iubirii condiționate nu se recomandă a fi specifică în creșterea și educarea morală a copiilor pentru că este mai mult specifică dresajului, dorind să ne transformăm copiii în ființele perfecte care să asculte și să facă mereu totul cum li se spune. Rezultatul? Depersonalizare și deindividualizare.

Printre dezavantajele aplicării recompenselor și pedepselor pot fi amintite:

- ✓ Distrug motivația intrinsecă;
- ✓ Diminuează performanța;
- ✓ Paralizează creativitatea;
- ✓ Elimină comportamentele pozitive;
- ✓ Pot crea dependență;
- ✓ Stimulează doar gândirea pe termen scurt

Copilul obișnuit cu pedeapsa/recompensa va face o activitate doar cu gândul la un astfel de stimul.

Iată câteva abordări potrivite:

✓ In loc sa le spunem “Bravo!”, am putea să folosim “Ai reușit!” pentru a da importanță eforturilor și implicării copilului în acel proces al victoriei.

✓ Când un copil a fost generos și a împărțit sau a oferit un lucru personal altcuiva, vom putea să evidențiem ceea ce a făcut el pozitiv prin accentuarea sentimentelor celui pentru care s-a făcut gestul în cauză.

✓ Le lăsăm libertatea de decizii, nu să urmeze niște instrucțiuni. Când un copil este lăsat să se implice în procesul luării deciziilor, va putea ulterior să se conformeze mai ușor cererii părinților, având încredere în ei.

✓ Îi lăsăm să exerseze și le suntem modele.

✓ Le oferim explicații și alternative.

✓ Cel mai important, aflăm care este mesajul din spatele cuvintelor pe care vrea să ni-l transmită copilul.



# Dezvoltare socio-emoțională

educatoare Pohoată Iuliana, Lăzăroi Manuela, Gheran Alexandra

profesori Ciobîcă Alina, Ilisei Vasilica, Busuioc Cornel-Constantin

Dezvoltarea socială și emoțională este unul dintre principalele fundamente ale stării de bine a copiilor, fiind una dintre premisele adaptării optime a acestora la cerințele mediului înconjurător. Aceasta constituie fundamentul relațiilor și al interacțiunilor copiilor de acasă, de la școală și din comunitate, influențând semnificativ succesul acestora în viață și la școală. Încă din primele clipe ale vieții lor, copiii stabilesc interacțiuni cu părinții, cu alte persoane din familie, precum și cu alți copii și adulți. Aceste interacțiuni stimulează dezvoltarea socio-emoțională a copiilor. Există, așadar, o strânsă legătură între planul social și cel emoțional. Ambele dimensiuni se completează reciproc și sunt interdependente. Interacțiunile sociale reușite conduc la dezvoltarea încrederii în sine și a autocontrolului.

În general, competența socială și emoțională se referă la abilitatea copilului de a percepe, de a înțelege, de a procesa, de a manageria și de a exprima aspecte sociale și emoționale ale propriei vieți ce se reflectă în abilități sociale, abilități interpersonale, abilități intrapersonale și inteligență emoțională. Aceasta este fundamentală pentru adaptarea individului, iar anumite componente ale structurii sale reprezintă puternici predictorii ai succesului academic. Astfel, copiii cu abilități sociale reduse sunt de obicei copii timizi, retrași. Aceștia sunt respinși de ceilalți copii, sunt ironizați, nu sunt integrați în grupul de joacă. Consecințele pe termen lung a dezvoltării precare a acestei competențe se reflectă în planul învățării (reușite școlare slabe), în planul emoțional (anxietate, depresie), în planul adaptării sociale (abandon școlar, delicvență juvenilă, consum de substanțe etc.).

Demersul nostru constă în a observa câteva caracteristici ale acestui tip de educație și se vrea a fi unul progresiv, de la preșcolar la elevul de gimnaziu deoarece INTELIGENȚA EMOȚIONALĂ este arta de a cunoaște și a identifica sentimente și emoții. Până azi, trăsăturile de bază ale inteligenței emoționale s-au transmis firesc de la o generație la alta – în jocurile cu alți copii, de la părinți, de la rude, de la vecini.

## Caracteristicile dezvoltării emoționale la vârsta preșcolară

Vârsta preșcolară constituie o perioadă destul de lungă în care se produc însemnate schimbări în viața afectivă a copiilor. Emoțiile și sentimentele preșcolarului însoțesc toate manifestările lui, fie că este vorba de jocuri, de cântece sau de activități educative. Dezvoltarea afectivă este un proces ordonat, în care emoțiile complexe decurg din cele mai simple, pe măsură ce copilul înaintază în vârstă. Perioada de dezvoltare dintre 3 și 6 ani numită și preșcolaritate, aduce importante modificări în plan psihic. În această perioadă se dezvoltă limbajul și abilitățile emoționale (Duță, 2013). Perioada preșcolară se subîmparte în trei perioade cu caracteristici diferite: subperioada preșcolară mică, cuprinsă între 3-4 ani, subperioada preșcolară mijlocie, cuprinsă între 4-5 ani și perioada preșcolară mare, între 5-6 ani (Golu F., 2015).



### De la 3 la 4 ani

În perioada preșcolară mijlocie, considerată perioada de aur a copilăriei, jocul devine de prim rang în viața copilului. Această perioadă se caracterizează printr-o dezvoltare impetuoasă a imaginației, creativității și o creștere evidentă a sociabilității copilului. În jurul vârstei de 3 ani, dispunând de conștiința de sine și de cunoștințe referitoare la regulile, standardele acceptate și scopurile societății, copiii își evaluează mai bine dorințele, gândurile, planurile, modul de acțiune. **Emoțiile de autoevaluare**, precum: mândria, rușinea și vinovăția, apar ca urmare a conturării conștiinței de sine și a acumulării de cunoștințe cu privire la standardele societății.

**Instabilitatea emoțională** este caracteristică preșcolarului mic, copilul „plânge râzând și trece ușor de la o dispoziție la alta, trăind exploziv și total evenimentele ce îl impresionează”(Verza și Verza, 2000, p.99).

### De la 4 la 5 ani

Odată cu creșterea și dezvoltarea copiilor, asistăm la o perfecționare și îmbogățire a repertoriului de stări emoționale și a modalităților de exteriorizare a acestora: tristețe, bucurie, neplăcere, furie, interes, teamă, dezgust, surpriză etc. ( Golu. F, 2015).

În același timp, spre 5 ani stările afective ale copilului sunt mai puternice și au o rezonanță prelungită. În această perioadă pot categoriza emoțiile în pozitive („bune”) sau negative („rele,,). Ei își manifestă curiozitatea în legătură cu emoțiile celorlalți și sunt interesați de cauzele acestora. În această perioadă interiorizează regulile și se supun cu ușurință lor, ceea ce înseamnă că reglarea emoțională se realizează mai ușor.

### De la 5 la 6 ani

În etapa preșcolărității mari emoțiile nu sunt doar denumite ci se caută o explicație cauzală a lor (exemplu: Scufița Roșie era veselă pentru că mergea la bunica ei) sau pentru înțelegerea emoțiilor altora ( exemplu: De ce era tristă Cenușăreasa?). Copiii pot identifica acum emoții variate precum încântarea, frustrarea, îngrijorarea, preocuparea, urmărind expresiile feței și comportamentele nonverbale specifice fiecărei emoții. Tot în această perioadă apar și trăiri emoționale complexe precum mândria, rușinea, vinovăția și jena. În perioada preșcolărității mari copiii sunt tot mai capabili să discute, să reflecteze și să învețe despre propriile experiențe emoționale și ale altora.



### Elevul din ciclul primar

Elevii din ciclul primar sunt într-un continuu proces de formare, aceștia beneficiind de toată atenția și de îndrumarea cu grijă din partea cadrelor didactice. Unul dintre obiectivele educaționale este acela de a dezvolta abilitățile lor sociale și

emoționale, întrucât o persoană, pentru a se adapta societății în care trăiește și pentru a fi un viitor cetățean de succes atât pe plan personal, cât și pe plan profesional, are nevoie nu doar de cunoștințe, ci și de abilități.

Abilitățile sociale sunt printre cele mai importante, acestea ajutându-l pe viitorul adult să progreseze la locul de muncă pe care și-l va alege, să aibă inspirație în cazul formării unui cerc de prieteni apropiați, să își întemeieze o viață plăcută, bazată pe sentimente de încredere în



ceilalți și pe cooperare cu cei din jur. Aceste deziderate pot fi atinse în cazul în care persoana dobândește, de-a lungul experienței sale de învățare (școlare și extrașcolare), câteva deprinderi și obiceiuri esențiale în societatea actuală.

Astfel, comunicarea este un factor principal în formarea unor relații de succes. Printr-o comunicare corectă, eficientă, asertivă, se pot deschide uși, se pot crea oportunități de progres și se pot întemeia adevărate relații solide între indivizi. Cadrul didactic trebuie să acorde o importanță deosebită comunicării în cadrul orelor de curs, activitățile bazate pe cunoașterea reciprocă între elevi, pe comunicare, interacțiune permanentă fiind cele mai eficiente în dezvoltarea unor astfel de deprinderi.

Mai mult decât activitățile frontale sau individuale (care, uneori, au punctele lor slabe și nu stârnesc interesul și curiozitatea elevilor cu privire la tema discutată), este de dorit a se folosi activitățile pe grupe sau perechi. Deși acestea au și ele dezavantajele lor (clasa este mai gălăgioasă, elevii se pot abate de la subiectul sau de la sarcina pe care trebuie să o rezolve, cadrul didactic trebuie să aibă o atenție distributivă pentru a fi conștient de modul în care se derulează activitatea în fiecare echipă sau grupă formată și pentru a putea interveni când este cazul), ele sunt deosebit de utile în a-i ajuta pe elevi să se descopere pe ei înșiși și pe colegii lor, facilitează interacțiunea între persoane care, în pauze sau în timpul lor liber nu discută, având impresia că persoana de lângă ei nu prezintă interes.

Există o mulțime de activități și de variații ale acestora, jocuri și metode cât mai creative de formare aleatorie a grupurilor sau a perechilor, încât, încercate constant dar și variat în procesul instructiv-educativ îi vor ajuta pe micii școlari să se bucure la școală, să se implice cu plăcere, să comunice mai mult și să observe că succesul unei activități este mult mai valoros atunci când este îndeplinit și savurat cu persoanele din jur care tind și ele spre același țel. Pe lângă abilitatea de comunicare, alte abilități sociale țin de responsabilizarea micului elev, de educarea lui către o atitudine asertivă vizavi de ceilalți, de educarea auto-controlului și de empatia față de sentimentele trăite de colegii lui în anumite circumstanțe.

Alături de abilitățile sociale, cele emoționale au un rol și mai pregnant în formarea individului de mâine. Partea interioară,



emoțională, a unui elev (alături de cea care ține de sfera comunicării și a interacțiunii cu ceilalți) este baza pe care se întemeiază lumea lui interioară (gânduri, aspirații, sentimente) și exterioară (socială, profesională, familială).

*Modalitatea în care adultul reacționează la comportamentul copilului va influența viitorul lui comportament ca adult.*

În funcție de etapele de vârstă, copilul își exprimă în mod diferit sentimentele și emoțiile. La vârsta de 6-8 ani, atunci când este în primii ani ai ciclului primar, ei își pot identifica emoțiile și le pot numi, își dezvoltă empatia și înțeleg emoțiile celorlalți, sunt capabili să își auto-regleze emoțiile în anumite situații de joc sau interacțiuni sociale, apreciază pretenii și copiii de aceeași vârstă, dar continuă să apeleze la adulți în rezolvarea de probleme.

Pentru a-i ajuta pe elevi să se înțeleagă mai bine, să își explice propriile emoții, cadrele didactice stabilesc o conexiune, se apropie de fiecare elev în parte și poartă discuții personale despre situațiile în care o persoană are o anumită reacție emoțională. Astfel de discuții și exemple concrete de situații sunt discutate și la clasă, prezentările și scurtele filmulețe ajutându-i pe elevi să se înțeleagă mai bine și să se dezvolte din punct de vedere emoțional. Pentru a întări comportamentele pozitive ale copiilor, este bine ca învățătorii să apeleze la recompense verbale pentru ca elevii să înțeleagă faptul că acel comportament este bun și astfel, simțindu-se încurajați, ei îl vor repeta.

Activitatea cadrului didactic de a dezvolta abilitățile socio-emoționale ale elevilor din ciclul primar este o activitate laborioasă, individualizată ce necesită multă creativitate și răbdare, însă, odată conturate trăsăturile pozitive de caracter, se pun bazele unei dezvoltări sănătoase și armonioase ale viitorului adult.

### ***Bibliografie:***

1. Botiș, Adina, Despre dezvoltarea abilităților emoționale și sociale ale copiilor, fete și băieți, cu vârsta până în 7 ani – Ghid pentru cadrele didactice din învățământul preșcolar, proiect UNICEF, 2007;
2. Cucos, Constantin, Psihopedagogie, Editura Polirom, Iași, 1998;

### **Elevul de gimnaziu**

Propun să începem acest capitol printr-o provocare: încercați să-i examinați pe oamenii fericiți și pe cei „nu foarte fericiți”. Ce veți constata? Noi am încercat să răspundem la această provocare și am constatat că în ambele categorii există ființe în carne și oase care au aceleași tipuri de experiențe, poate aceeași moștenire genetică dar răspunsul pe care l-am gasit a fost acela că nu putem să- i judecăm pe oameni după înfățișarea lor exterioară ci că totul constă în modul NOSTRU de gândire și în circumstanțele în care ne aflăm. (Ellen Langer demonstrează într-un studiu această influență reciprocă dintre circumstanțe și gândire)

Richard Wiseman spunea „*Fericirea nu decurge din succes; de fapt, îl determină.*” și s-ar putea traduce astfel: o funcționare emoțională sănătoasă este punctul de plecare pentru o „destinație” perfectă. Evident, nu putem exclude sentimentele negative deoarece nu putem controla ce gândește sau ce simte o persoană dar putem gestiona impactul acestora în raport cu ființa noastră. Inteligența emoțională are rolul de a ne aduce la





capacitatea de a înțelege emoțiile de bază deoarece acestea sunt răspunsul nostru afectiv la tot ceea ce ne înconjoară. Deși de multe ori neglijate, emoțiile sunt legitimația cu care ne prezentăm în lume și, în funcție de cât



de bine sau mai puțin bine ne exprimăm aceste emoții, suntem liniștiți și împliniți, avem relații armonioase, reușim în ceea ce ne propunem. Sau nu! Suntem priviți și, de multe ori, etichetați, în funcție de reacția noastră emoțională. Gardner rezumă „*Inteligența interpersonală este capacitatea de a-i înțelege pe ceilalți oameni: ce anume îi motivează, cum poți colabora cu ei.*”

Vorbim mult despre inteligența emoțională, dezvoltare personală, necesitatea dezvoltării sociale și emoționale, însă nu întotdeauna este clar ce e cu ele, **care le este scopul exact și cum ne ajută – concret. De ce este atât de importantă dezvoltarea socio-emoțională a copilului?**



Pe scurt, pentru a putea construi legături frumoase, relații sănătoase, pentru a reuși să își atingă scopurile și să își construiască planuri eficiente, copilul are nevoie de abilități socio-emoționale care sunt esențiale pentru un

traseu armonios al copilului – în familie, la școală și, mai departe, în carieră și în viață.

Se pot distinge câteva situații în care dezvoltarea socio-emotională face diferența:

- **Copilul crede și știe că poate realiza ce își propune – indiferent cât timp îi va lua;**
- **Știe să gestioneze eșecul și să-l transforme în motivație și mai puternică, nu în renunțare;**
- **Teama nu îl va opri din a încerca să își ducă planurile la final;**



- **Încrederea în sine îi va permite să nu se lase doborât de cuvintele celorlalți;**
- **Este empatic și reușește să înțeleagă ce simt ceilalți, cum îi poate ajuta și cum e optim să acționeze;**
- **Înțelege că poate fi lider și poate inspira o mulțime de alte persoane să își împlinească visele;**

- Va fi deschis experimentelor și oportunităților;
- Își va asuma responsabilitatea faptelor sale;  
Își va cunoaște și gestiona emoțiile, deci va ști să le privească obiectiv;
- Va avea relații sănătoase, se va adapta ușor.



În consecință, la ora actuală, aria învățării emoționale se dezvoltă pe baza cercetărilor în domeniu, respectiv al noilor teorii privind natura emoțiilor și a inteligenței în relație cu succesul și fericirea. Prin învățare socială și emoțională, inteligența emoțională a indivizilor este dezvoltată, constituind un bagaj enorm pentru viitorul lor personal și profesional.

Nici o schimbare nu este posibilă fără acordul implicit și participarea activă a cadrelor didactice, elevilor și părinților.



## BIBLIOGRAFIE

1. Dobson , James,„*Armonia în familie*”,Editura „Noua speranță”, Timișoara,1994
2. Goleman , Daniel-„*Inteligența emoțională*”,Editura „Curtea veche”,București, 2000
3. Roco , Mihaela,„*Creativitate și inteligență emoțională*”,Editura „Polirom”, Iași ,2001
4. Segal, Jeanne,„*Dezvoltarea inteligenței emoționale*”,Editura „Teora”, București,1999
5. Vrajmaș , Traian,„*Școala și educația pentru toți*”,Editura „Miniped” , București, 2004
6. Wood, Robert Tolley Harry"*Inteligența emoțională prin teste*",Editura "Meteor press", București, 2003
7. Cope, Andy, Bradley Amy, „scurt GHID de INTELIGENTA EMOTIONALA, Editura Litera, București,2019

## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității: **Roata emoțiilor** - activitate de conștientizare a emoțiilor prin oferirea unui răspuns la întrebarea *Cum te-ai simțit când?* urmată de diferite situații din viața de zi cu zi.
2. Coordonatorul: Pohoată Iuliana-Gabriela
3. Colaboratori: Lăzăroi Elena-Manuela, Gheran Alexandra Anamaria
4. Data desfășurării: 21.10.2021
5. Durata activității: 25-30 de minute
6. Grupul țintă: 18 preșcolari din grupa mare „Albinuțele”, 17 preșcolari din grupa mijlocie și 25 de preșcolari din grupa mică.
7. Domenii de dezvoltare: dezvoltare emoțională și socială
8. Conținut de învățare: Trăire și manifestare emoțională, starea de bine: Emoții de bază (bucurie, tristețe, frică, furie) și elemente simple de limbaj nonverbal (expresii faciale, postură) și paraverbal (intonatie);
9. Obiective:
  - a. Stimularea preșcolarului în exprimarea propriilor emoții;
  - b. Identificarea surselor unor comportamente mai puțin dezirabile la vârsta preșcolară;
  - c. Consolidarea relațiilor dintre membrii grupei, dezvoltarea încrederii în sine și a vocabularului emoțional al preșcolarilor;
10. Resurse:
  - a. Umane: preșcolari, educatoare;
  - b. Materiale: paletetele emoțiilor, roata emoțiilor ce conține emoțiile de bază (bucurie, tristețe, frică, furie), cutie cu bilete pe care sunt scrise diferite situații din viața de zi cu zi („Ai mâncat mâncarea ta preferată”, „Ai aflat că cineva din familie este bolnav” etc.).

### 11. Descrierea activității:

Preșcolarii sunt implicați într-o activitate bazată pe răspunsul la întrebarea *Cum te-ai simțit când?* urmată de diferite situații din viața de zi cu zi : „Ai aflat că cineva din familie este bolnav”, „Ai mers în vizită la bunici”, „Afară a fost o furtună puternică”, „Ai văzut un șoricel” , „ După vacanță te-ai revăzut cu colegii”, „ Ai venit prima zi la grădiniță”, „Te-ai certat cu fratele tău”, „Ai învățat să faci un lucru nou” „Ai făcut o faptă bună” etc.

Copiii sunt așezați în semicerc. Fiecare are în mână câte o paletă a emoțiilor. În fața lor se află roata emoțiilor cu cele patru emoții de bază (bucurie, tristețe, frică, furie). Pentru fiecare emoție în parte se află câte o imagine sugestivă și un săculeț în care se vor așeza paletetele aflate în mâinile preșcolarilor. Copilul numit vine în față și extrage din cutie un bilet. Educatoarea citește biletul și îi adresează copilului întrebarea *Cum te-ai simțit când?* urmată de situația de zi cu zi scrisă pe bilet. ( *ex.: Cum te-ai simțit când ai văzut un șoricel?* ). Copiii identifică emoția, răspund la întrebare și așează paleta pe roata emoțiilor, în săculețul din dreptul emoției identificate. Activitatea se desfășoară până la epuizarea biletelor din cutie.



## 12. Rezultate/impact:

- a. Copiii și-au exprimat sentimentele și frământările personale vis-a-vis de problemele cu care se confruntă;
- b. Copiii au învățat despre ei înșiși, despre persoanele și lumea din jurul lor într-o manieră atrăgătoare și plăcută;
- c. Preșcolarii au re trăit anumite evenimente, sau și le-au imaginat, au împărtășit emoții, gânduri, frici, temeri;

## 13. Sugestii, recomandări:

- a. La finalul activității se poate face o prezentare a tuturor motivelor de bucurie și fiecare copil va fi recompensat și apreciat de colegi și educatoare.

14. Modalități de evaluare: aprecierea verbală, lauda, aplauzele;





## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității: **Povestea Scufița Rosie**
2. Coordonatorul: Busuioc Corneliu
3. Data desfășurării: 21.10.2021
4. Durata activității: 25-30 de minute
5. Grupul țintă: 5 elevi clasa pregatitoare si 8 elevi clasa a II-a
6. Disciplina: Dezvoltare personala

- Conținut de învățare: Trăire și manifestare emoțională, starea de bine: Emoții de bază (bucurie, tristețe, frică, furie)

### 1. Obiective:

- a. dezvoltarea capacității de integrare, reglarea emoțiilor, exprimarea emoțiilor într-o manieră potrivită, încrederea în sine
- b. Consolidarea relațiilor dintre membrii claselor , dezvoltarea încrederii în sine și a vocabularului emoțional al școlărilor;

### 2. Resurse:

- c. Umane: școlari, profesor învă. primar;
- d. Materiale: videoproiector, laptop.

### 3. Descrierea activității:

Basmul „Scufița Roșie” reprezintă povestea unei fetițe care nu a ascultat-o pe mama sa, luând-o prin pădurea periculoasă. Întâmpinată fiind de lupul viclan, fetița îl consideră un apropiat și îi dezvăluie amănunte despre locația casei bunicuței. Încrederea oarbă în străin a făcut ca atât bunicuța, cât și fetița, au fost înghițite de lacomul lup. Din fericire, ambele au fost salvate de pădurarul care o cunoștea pe bunică și, trecând pe acolo, a observat lupul. În decursul poveștii, fetița își dă seama de greșelile făcute și se hotărăște să o asculte întotdeauna pe mama sa, să stea departe și să nu mai vorbească cu străinii.

### *Efecte obținute*

În decursul acestei sesiuni s-au putut constata următoarele comportamente din partea copiilor: teamă, încruntare, unii coborau privirea, erau agitați, apariția vânătorului i-a luminat, majoritatea elevilor au fost atenți și s-au imaginat în locul fetiței, simțind emoțiile acesteia.

Dezvoltarea socială și emoțională este influențată de dezvoltarea limbajului. Prin limbaj, copiii interacționează cu ceilalți, comunică propriile emoții, discută despre emoțiile celorlalți, despre evenimente cu încărcătură emoțională. Copiii cu un nivel redus de dezvoltare a limbajului sau cu tulburări de limbaj întâmpină dificultăți în stabilirea de relații sociale, în comunicarea emoțiilor.

De aceea, prin povesti, aceste structuri se formează, se cizelează și se perfecționează. În acest sens, prezentăm mai jos câteva povesti cu rol terapeutic în dezvoltarea socio-emotională, drept bune practici validate prin rezultatele obținute.

4. Rezultate/impact:

- e. Copiii și-au exprimat sentimentele și frământările personale;
- f. Copiii au învățat despre ei înșiși, despre persoanele și lumea din jurul lor într-o manieră atrăgătoare și plăcută;
- g. Elevii au re trăit anumite evenimente, sau și le-au imaginat, au împărtășit emoții, gânduri, frici, temeri;

5. Sugestii, recomandări:

- h. La finalul activității se poate face o prezentare a tuturor motivelor de bucurie și fiecare copil va fi recompensat și apreciat de colegi;

6. Modalități de evaluare: aprecierea verbală, lauda;



Motivația reprezintă centrul de interes al oricărui individ atunci când se are în vedere propria dezvoltare personală sau, în cazul profesorilor, dezvoltarea altor persoane. Motivația ne determină să ne concentrăm pe propriul potențial și pe capacitatea altora de acțiune. În educație, a motiva înseamnă să îndrumi, să îi determini pe educabili să își găsească propriile resurse, să își mobilizeze efortul și să persiste în rezolvarea sarcinilor de învățare și nu numai.

*Teoria autodeterminării* (SDT – Self-Determination Theory), dezvoltată de Edward Deci și Richard Ryan, prezintă într-un cadru larg legătura dintre motivație și personalitatea umană. Oamenii sunt motivați intrinsec de propriile interese, idei, valori și curiozități, dar și extrinsec prin recompense, opinii, calificative/note. Interacțiunea dintre factorii externi și nevoile psihologice ale individului constituie baza teoriei sus-amintite, teorie care se divide în șase mini-teorii:

1. *Teoria evaluării cognitive* (CET-Cognitive Evaluation Theory) care studiază motivația intrinsecă ca sursă creativă pe tot parcursul vieții, dar și efectele contextelor sociale și ale factorilor externi asupra acestui tip de motivație. Motivația intrinsecă poate fi stimulată prin competență și autonomie.
2. *Teoria integrării organice* (OIT-Organismic Integration Theory) care abordează tema motivației extrinseci în diferitele sale forme: identificare, integrare, introiecție. Interiorizarea motivației extrinseci ajută la autonomia individului, servindu-i la identificarea contextelor sociale favorabile dezvoltării și valorizării personale.
3. *Teoria orientărilor cauzalităților* (COT-Causality Orientation Theory) care descrie diferențele individuale în tendințele de orientare către mediul înconjurător și de reglare a comportamentului în funcție de anumite criterii. Potrivit acestei mini-teorii, există trei tipuri de orientări de cauzalitate: orientare către autonomie (persoanele acționează din interes și evaluează ceea ce se petrece), orientare către control (persoanele sunt concentrate pe recompense, validări, câștiguri) și orientare impersonală/amotivată (persoanele sunt caracterizate de anxietate privind capacitatea motivațională).
4. *Teoria nevoilor psihologice de bază* (BPNT-Basic Psychological Needs Theory) pune în legătură conceptul de nevoi personale cu sănătatea și bunăstarea psihologică. Această mini-teorie susține că funcționarea optimă a individului din punct de vedere psihologic se bazează pe autonomie, competență și relație.
5. *Teoria conținutului obiectivelor* (GCT-Goal Contents Theory) se dezvoltă din deosebirile dintre obiectivele intrinseci și cele extrinseci, precum și impactul lor asupra motivației și bunăstării. Obiectivele oferă satisfacții nevoilor de bază și sunt asociate cu starea de bine sau bunăstarea emoțională a individului.
6. *Teoria motivației relațiilor* (RMT-Relationships Motivation Theory) se ocupă cu studiul relațiilor și al rolului acestora în apartenența la grupuri, în adaptabilitatea și starea de bine a fiecărei persoane.

Astfel, relațiile personale de cea mai înaltă calitate sunt cele în care individul găsește susținere pentru nevoile psihologice de bază.

În conformitatea celor prezentate, constatăm că nevoile psihologice de bază dețin un rol important în dezvoltarea personală a fiecărui individ. În sfera educației formale, individul devine elev, iar acesta se va dezvolta prin învățare, acumulare de cunoștințe, atitudini și comportamente menite să satisfacă tocmai nevoia de autonomie, competență și relație, toate acestea într-un climat educațional care asigură starea de bine a educabilului. Prin relațiile și interacțiunile noastre, ale profesorilor, cu elevii îi ajutăm pe aceștia să experimenteze sentimente de apartenență și de atașament, să se simtă în controlul propriilor comportamente și acțiuni. Astfel, putem prelua și folosi cu succes două tehnici aplicate de către părinți în cadrul educației în familie, și anume, *Planifică în avans* și *Opțiuni în limită*. Orice copil trăiește în prezent, aici și acum, fapt pentru care este foarte important să primescă date despre sfârșitul unei activități de la un adult: ”*ne mai jucăm 10 minute, apoi ne pregătim de activitate*”, ”*aveți 20 de minute pentru a rezolva exercițiile, apoi verificăm*”. La asta se referă prima tehnică și este foarte important ca adultul să respecte termenii indicați, pentru că doar astfel demonstrează că regulile există pentru a fi respectate și pentru a ne ajuta în desfășurarea activităților zilnice. A doua tehnică constă în oferirea a două opțiuni copilului, opțiuni care facilitează dezvoltarea sa intelectuală, fizică, socio-emoțională etc. Mulțumit că primește ”puterea” de a alege, că i se dă posibilitatea să dețină controlul unei situații, copilul ia o decizie pe care și-o asumă și pe care o respectă necondiționat pentru că aceasta a fost hotărârea lui.

Nevoile psihologice de bază ale copilului se întrepătrund cu cele de natură emoțională și anume nevoia de a fi iubit, susținut, îndrumat sau înțeles. Toate acestea pot fi îndeplinite cu succes în cadrul școlii, pentru că ȘCOALA are ca scop crearea unei lumi mai bune, folosindu-se de darul primit în sânul familiei de către fiecare educabil: *iubirea*. Rigiditatea școlii nu înseamnă lipsa bunătății, ci prezența unui set de reguli și limite necesar unei bune desfășurări a actului didactic în vederea atingerii obiectivelor educaționale. Dacă școala este cea de-a doua casă a elevului, atunci este construită după același model: temelie, pereți și acoperiș.

RESPECTUL constituie temelie, oferind bunătate și fermitate tuturor celor ce îi calcă pragul. Copiii vor învăța pentru a câștiga respectul (pentru sine și pentru alții), vor crede și vor practica ceea ce li se predă.

REGULA, RUTINA, DREPTUL și RESPONSABILITATEA reprezintă pereții, limitele impuse de educație. Regulile vor fi întotdeauna funcționale pentru că învață elevii să se sprijine reciproc, să se respecte pe ei înșiși, pe ceilalți și mediul înconjurător. Rutina oferă predictibilitate, consistență și învață pe cei mici să răspundă în fața crizelor emoționale, relaționale, sociale etc. Drepturile copiilor sunt fundamentale în desfășurarea actului educațional, deoarece aceștia trebuie să se simtă iubiți, apreciați, folositori, în siguranță, fericiți pentru a se putea dezvolta integral și armonios. Responsabilitatea îi pregătește să învețe să fie și să se facă utili. Între acești pereți trebuie să se formeze membrii unui grup puternic, indivizi care vor fi capabili să se bucure de timpul petrecut împreună, să aprecieze afecțiunea, să accepte imperfecțiunea, să comunice afectiv, să valorizeze relațiile interpersonale, să găsească sensul stării de bine, să gestioneze stress-ul emoțional personal/colectiv. Pentru ca toate acestea să devină fapt,

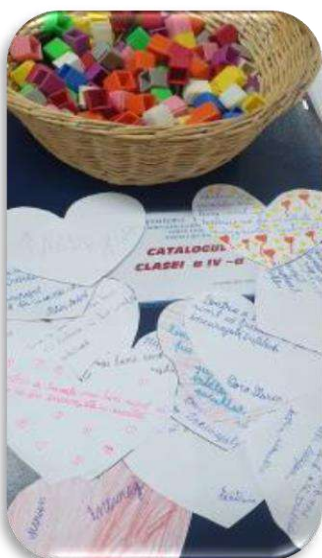


CURAJUL este acoperișul, un element deosebit de important și cu o semnificație aparte. Nu degeaba, Alfred Adler considera inima centrul dezvoltării curajului. Curajul nu înseamnă absența fricii, ci înfruntarea acesteia, păstrarea simțului umorului pe parcursul luptei întreprinse împotriva ei. De obicei, ascundem și amplificăm fricile. De aceea, intră în discuție cea mai mare frică: frica de a ne trata temerile. Faptul că nu suportăm recunoșterea punctelor slabe, că nu știm să cerem ajutor, că preferăm să nu ne schimbăm și să nu creștem, crezând că nu suntem pregătiți pentru schimbare ne îngreunează parcursul dezvoltării personale. Așadar, se naște o altă nevoie psihologică a copilului în ceea ce privește atingerea și menținerea stării de bine și anume, nevoia de a se simți capabil și pregătit în a-și înfrunta temerile, fricile.

La școala noastră am înțeles că prin învățare, trebuie să asigurăm nevoile psihologice de bază ale elevilor apelând la resursele personale ale acestora, stimulând relații interpersonale de calitate. În acest sens, am desfășurat la nivelul clasei a IV-a o activitate transdisciplinară, care a debutat în cadrul unei ore de Educație civică, când, după o discuție despre rolul școlii și al învățării în dezvoltarea completă și armonioasă a elevilor ca viitori membri ai comunității locale și naționale, acestora li s-a propus completarea unui enunț în funcție de nevoile emoționale personale. Enunțul a fost următorul: "Pentru a învăța mai bine, simt că trebuie să fiu ... ." S-a constatat că cei mai mulți participanți au nevoie de încurajare și înțelegere pentru a învăța mai bine.



Bilețelele pe care elevii au completat enunțul au devenit "*semințele încrederii în sine*" și au fost plantate în "pământul roditor al emoțiilor", simbolizat prin cuburi de construcție colorate care ne trimit cu gândul la joacă, plăcere, echilibru, adică elementele esențiale ale unui învățământ de calitate.



Mergând în paralel cu experimentul propus pentru disciplina Științe ale naturii, elevii au realizat la AVAP *Florile învățării prin încurajare*: fiecare a desenat și colorat o floare, pe petalele căreia au notat gânduri despre propria devenire prin învățarea susținută de încurajare, înțelegere și acceptare.



Am realizat un frumos buchet de flori care nu se va ofili prea curând și care ne va înfrumuseța clasa, dar ne și va inspira zilnic pentru că ni se demonstrează în acest fel că învățarea este pe termen lung atunci când este realizată cu interes, responsabilitate și consecvență.



Am creat, pot spune, la nivelul clasei o *bunăstare emoțională* a elevului, pe care R. Isett o definea ca fiind "abilitatea de a avea respect de sine, liniște, de a te elibera de simptomele emoționale și de a fi fericit" (Robert Isett, 2011). Această abilitate de a te cunoaște foarte bine, de a respecta ceea ce ești, ceea ce simți, ceea ce ai nevoie, de a lua decizii, de a te conecta la realitate și la ceilalți ne validează faptul că nevoile psihologice de bază ale educabilului au fost îndeplinite.



# STRATEGII INOVATIVE DE ÎMBUNĂTĂȚIRE A PERFORMANȚELOR COPIILOR ȘI DE FORMARE A COMPORTAMENTELOR PROSOCIALE

**Profesor Sasu Aurica**

*În opinia lui S. Chelcea, comportamentul prosocial este „acel comportament intenționat, realizat în afara obligațiilor profesionale și orientat spre susținerea, conservarea și promovarea valorilor sociale”.*

Nu orice comportament cu consecințe pozitive în plan axiologic poate fi caracterizat ca prosocial. El trebuie să fie intenționat, realizat în mod conștient. Prezența intenției ca sprijinire a valorilor sociale este obligatorie. Funcționează norma responsabilității sociale. Ne subordonăm ei, nu pentru a fi recompensați, ci pentru că ne simțim satisfăcuți când atingem standardele morale interne.

Școala ar trebui să pună accentul pe practicile care îmbogățesc omul și nu numai pe informațiile care largesc sfera culturii generale și de aceea am considerat că un obiectiv important al activității profesorului este acela de a-i învăța pe elevi cum să se implice în viața comunității

## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității: BUNĂTATE ȘI EMPATIE
2. Coordonatorul: prof. SASU AURICA
3. Data desfășurării: 18.10.2021
4. Durata activității: 1 H
5. Grupul țintă: elevii clasei aVI-a de la Școala Gimnazială Ieremia Valahul Sasca Mare
6. Obiective:
  - a. Cunoașterea noțiunilor de bunătate și empatie
  - b. Dezvoltarea unui comportament empatic atât la școală cât și în societate
  - c. Dezvoltarea sentimentului de grijă pentru celălalt
7. Resurse:
  - a. Umane: profesorul diriginte, elevii clasei
  - b. Materiale: aplicația Nearpod, platforma classroom, laptop, videoproiector, foi, marchere, culori
8. Descrierea activității: În aplicația Nearpod dirigintele a avut creată o activitate care s-a desfășurat astfel:

I-vizionarea unui filmuleț despre bunătate, urmat de discuții pe baza materialului de situații concrete de manifestare a bunătății și o activitate pentru elevi de realizare a unor desene și compuneri pe această temă

II-vizionarea unui material despre empatie urmat de discuții despre situații din viața reală de manifestare a empatiei

III-În final elevii au avut un joc „formează perechi” referitoare la noțiunile discutate pe care l-au rezolvat folosind telefoanele și classroom.

IV-Temă pentru acasă cu titlul **Cutia faptelor bune** care constă în realizarea unei cutii în care elevii să noteze fapte bune realizate de ei pe parcursul unei săptămâni după vizionarea materialului video atașat.

9. Rezultate/impact: este important să dezvoltăm empatia la copii față de cei asemenea lor și să îi îndrumăm pe aceștia să înțeleagă și să aibă grijă de comunitate în general – unde pot întâlni oameni care se confruntă cu provocări foarte diferite față de ce au întâlnit ei până atunci.



10. Modalități de evaluare a activității:

- a. Observarea sistematică
- b. Aprecieri verbale

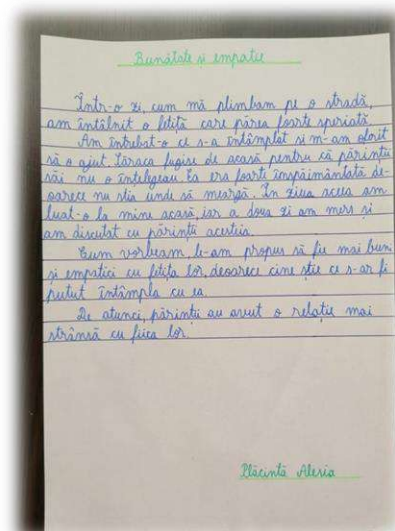
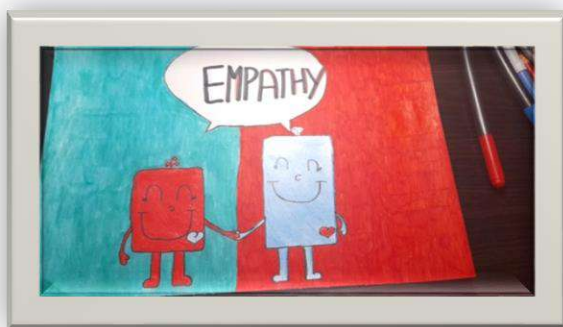
11. Sugestii, recomandări:

-urmărirea în viitor a comportamentului empatic

Link-ul activității în Nearpod

<https://app.nearpod.com/?pin=UPXIH>

DIN REALIZĂRILE ELEVIILOR



## FIȘĂ DE ACTIVITATE

- 1. Titlul activității:** *Bunătatea opusă răutății* (Educație civică)  
*Ghirlanda faptelor bune. În așteptarea lui Moș Nicolae.*
- 2. Coordonatorul activității:** prof. în învă. primar Apreutesei Cătălina Maria
- 3. Data desfășurării:** miercuri, 20 octombrie 2021
- 4. Durata activității:** 10-11 (ora de educație civică)  
20 octombrie – 6 decembrie 2021
- 5. Grupul țintă:** elevii clasei a III- a de la Școala Primară *Ioan Grosaru* Păiseni
- 6. Obiective:**
  - a. Identificarea unor situații reale de manifestare a bunătății sau a răutății;
  - b. Compararea tipurilor de atitudini din exemple găsite;
  - c. Exprimarea unui punct de vedere personal cu privire la comportamentul civic în diferite situații.
- 7. Resurse:**
  - a. umane: profesorul cu elevii clasei menționate;
  - b. materiale: calculator, internet, televizor, flipchart, hârtie, markere, fișe de lucru.

### 8. Descrierea activităților :

S-a folosit metoda *Explozia stelară* pentru activitatea de spargere a gheții, când elevii au formulat întrebările, iar la finalul orei au încercat să dea răspunsuri la acestea. S-au folosit textele din manual pentru identificarea comportamentului personajelor. S-a lucrat o fișă cu exerciții. S-a dat startul unui proiect *Ghirlanda faptelor bune. În așteptarea lui Moș Nicolae*. Vor fi imprimate niște imagini cu cizma lui Moș Nicolae. Acestea vor fi prinse cu un cârlig pe o sfoară. Important este ca ea să fie la îndemâna copiilor pentru a nota fapte bune pe spațiul alb de pe ea. Completarea se poate face atât pe parcursul zilei, în pauze, sau la sfârșitul acesteia. Copiii vor nota pe scurt o faptă bună săvârșită în acea zi și se vor semna.

### 9. Rezultate:

- a. Pornind de la concret (situații de viață cotidiană, imagini, fotografii, texte special alese), învățătorul își propune să exerseze cu copiii formarea unor judecăți de valoare prin care aceștia să-și evalueze experiența de viață, să-și educe voința și discernământul moral.
- b. Creșterea coeziunii grupului.

### 10. Modalități de evaluare a activității:

- a. Observarea sistematică;
- b. Aprecieri verbale.



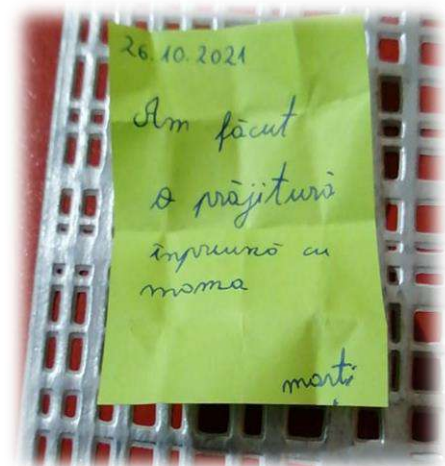
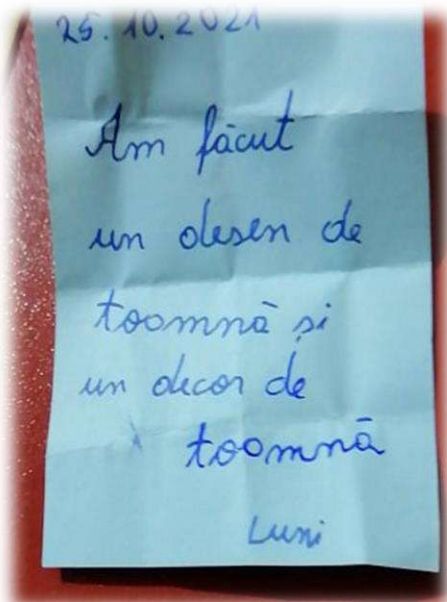
## FIȘĂ DE ACTIVITATE

1. Titlul activității : Învățare cu încurajare
2. Coordonatorul: Albu Eugenia-Andreea
3. Data desfășurării: 24 octombrie 2021
4. Durata activității: 7 zile
5. Grupul țintă: elevii clasei a VII- a
6. Obiective:
  - a. Să identifice emoțiile ( pozitive și negative)
  - b. Să conștientizeze impactul emoțiilor negative asupra lor
  - c. Să identifice ce anume îi fac bucuroși/ împliniți
7. Resurse:
  - a. umane : elevii clasei a VII-a
  - b. materiale: hârtie colorată, un borcan cu capac, foarfecă, creion, marker, culori, accesorii colorate etc.
8. Descrierea activității:

Activitatea a debutat cu prezentarea activității propuse. Elevii au identificat care sunt emoțiile de baza: bucuria, fericirea, tristețea si furia, dar și celelalte emoții. Au dat exemple de emoții în diferite situații (acasă cu familia sunt fericiți, alături de prieteni/ animalul de companie sunt fericiți, când primesc un cadou, etc. și exemple când sunt furioși/triști: dacă le fură cineva ceva sau poate fi vorba de o critică nedreaptă, de o ceartă cu un prieten, o afirmație răutacioasă a unui coleg. etc.). Le-am explicat elevilor că pentru momentele în care avem nevoie de un zâmbet sau o încurajare, putem crea „borcanul bucuriei”, în care păstrăm doar lucrurile care ne aduc fericire. Elevii au decorat în culori vesele borcanele și au adăugat primul bilețel cu ceea ce le-a adus bucurie în această zi , iar ca temă pentru acasă, timp de o săptămâna , au avut de scris pe bilețele colorate ce anume i-a făcut fericiți în ziua respectivă. În timp, pot umple borcanul și cu alte amintiri frumoase.
9. Rezultate/impact:
  - a. Elevii au reușit să identifice emoțiile și să se raporteze la acestea prin exemplul personal.
  - b. Elevii au conștientizat impactul emoțiilor negative asupra lor și a celor din jur.
  - c. Elevii au înțeles necesitatea de a vorbi cu cei apropiați sau de a face ceva care sa le inducă o stare de bine/ de bucurie când au un moment de cumpănă în viața lor.
10. Modalități de evaluare a activității:
  - a. Împărtășirea în fața celorlalți a experiențelor proprii
  - b. Observarea interesului elevilor față de subiectul abordat
  - c. Discuții libere
  - d. Realizarea *BORCANULUI BUCURIEI*

11. Sugestii, recomandări:

- a. Repetarea activității în săptămâna ”Să știi mai multe,să fii mai bun”pentru a vedea în ce măsură elevii aplică cele învățate
- b. De făcut o prezentare părinților cu elementele identificate de copii ( ce anume îi fac fericiți și ce anume îi indispen)





## FIȘĂ DE ACTIVITATE

### 1. Titlul activității: **DĂ-MI PUȚINĂ FERICIRE**

2. Coordonatorul: prof. Acatrinei Irina Roxana

3. Durata activității: 1 oră

4. Grupul țintă: elevi, profesori

5. Obiective:

a. formularea complimentelor realiste pentru colegii de clasă;

b. identificarea emoțiilor trăite în diferite momente ale activității (adresarea / primirea complimentului).

6. Resurse:

a. Umane – elevii (II. în nr par)

b. Materiale- I. foi de hârtie colorată, foarfecă

7. Descrierea activității:

I. La începutul activității, am inițiat o discuție referitoare la ceea ce înseamnă un compliment și cum te simți când faci / când primești unul.

Solicit fiecărui elev să-și deseneze conturul palmei pe o foaie colorată de hârtie și apoi să o decupeze.

Propun elevilor să se miște liber prin clasă, să formeze echipe și să adreseze câte un compliment fiecărui coleg din echipa sa. După ce vor face complimentul, își vor trece numele pe unul dintre degetele palmei decupate de colegul respectiv.

La sfârșitul activității, elevii își prind în piept conturul palmei, pentru a-și aminti de ziua respectivă.

II. Așez elevii în 2 cercuri concentrice, față în față, astfel încât fiecare să aibă pereche. Elevii își adresează reciproc complimente. Se mișcă cei din cercul din mijloc, până ajung la elevul următor și procedează la fel. Jocul continuă până când sunt formate perechile de la început.

Fiecare elev împărtășește cum s-a simțit în timpul realizării acestei sarcini.



8. Rezultate/impact:

Experimentarea unor emoții în relația cu colegii de clasă; exersarea comunicării, cooperării și empatie.

9. Modalități de evaluare a activității: Ședința de 5 minute (Cum m-am simțit în timpul activității?)





## FIȘA ACTIVITĂȚII

**Titlul activității:** *Cuvinte care înfloresc inimi*

**Obiectivul activității:**

*identificarea sentimentelor și relațiilor interumane prin care se manifestă nonviolența*

**Grup țintă:** *15 elevi (clasa a V-a)*

**Durata:** *50 minute*

**Materiale/mijloace necesare:** *indicatoare cu sentimentele negative Furie, Teamă, Suferință; coli flip-chart, creioane colorate*

**Descrierea activității:**

- În prima parte a activității, profesorul va prezenta elevilor jocul **Triunghiul emoțiilor în mișcare**: Oamenii pot avea sentimente pozitive și negative. Elevii vor exemplifica. Profesorul prezintă trei indicatoare cu sentimente negative: Furie, Teamă (Frică), Suferință (tristețe) și le va amplasa în sala de clasă, astfel încât să formeze un triunghi. Profesorul precizează că va citi diferite situații și le cere elevilor să se așeze în dreptul punctului din triunghi care reprezintă cel mai bine felul în care ei ar reacționa la situația descrisă. Dacă niciun punct nu se potrivește cu ceea ce ar simți, elevii se vor așeza în afara triunghiului.

*Situații:*

1. Unul dintre colegii tăi te-a făcut „prost” de față cu mai multă lume.
2. Vezi cum un bărbat împinge și lovește o femeie.
3. Auzi pe cineva făcând o glumă despre un coleg de-al tău.
4. O colegă cu care vrei să discuți îți spune că nu vrea să discute cu tine.
5. Te întorci din recreație și găsești creioanele scoase din penar și aruncate pe jos.
6. Ți s-a furat, din nou, sandwich-ul din ghiozdan.
7. Mergi la bibliotecă și ești împins pe scări.
8. Întârzii la școală, pentru a doua oară.

**Discuții:**

*La sfârșitul jocului, elevii sunt provocați la discuții:*

- Ce ați remarcat în legătură cu acest joc? (situațiile prezentate sunt reale, prezintă situații negative etc.)
- Cum v-ați simțit când le-ați adus la cunoștință celorlalți cum vă simțiți în aceste situații?

- Ce ați învățat?

- Profesorul precizează că majoritatea situațiilor negative prezentate sunt aspecte ale fenomenului numit **VIOLENȚĂ**.

- Dați exemple de situații pozitive ce combat aceste situații. Ce sentimente dovedesc oamenii în aceste situații?

De exemplu: Niciun elev din clasă nu folosește cuvinte jignitoare. Toată lumea se strigă pe nume. Sentimente: respect, prietenie.

Se identifică, astfel, sentimente pozitive ce stau la baza unui comportament nonviolent: **PRIETENIE, RESPECT, IUBIRE, BUNĂTATE, ÎNCREDERE, ÎNȚELEGERE**.

- Profesorul precizează că aceste sentimente sunt aspecte ale fenomenului numit **NONVIOLENȚĂ**. Inimile celor nonviolentei parcă înfloresc mereu în relația lor cu ceilalți oameni.

- Ce fenomen doriți să se manifeste în viața voastră?

- În a doua parte a activității, profesorul solicită elevilor, împărțiți în 3 grupe, să illustreze sentimentele pozitive identificate în postere, denumite sugestiv **Cuvinte care înfloresc inimi**.



## Teama de eșec în educația copiilor

profesor Acatrinei Gheorghe



Succesul și eșecul școlar sunt două coordonate la care educația se raportează permanent. Dincolo de politici educaționale, situații statistice și alte documente oficiale, fiecare copil experimentează în mod diferit cele două situații diametral opuse. Aceste două realități canalizează cel mai adesea întregul traseu educațional, viața profesională și chiar dezvoltarea personală a oricărui om. Secretul reușitei sau eșecului stă într-o strânsă legătură cu **motivația** care stă în spatele acțiunilor noastre. Elementul comun al persoanelor care au reușit în viață, fiind mulțumiți de viața lor, este stima de sine. Putem afirma că stima de sine, felul în care noi ne percepem pe noi înșine, este principalul motiv al oricărei reușite, este secretul motivației personale pentru atingerea unui obiectiv.

**Teoria autodeterminării** (Ryan și Deci) conduce la concluzia că nu există om motivat sau om demotivat, ci doar acțiuni pe care ai vrea să le faci și acțiuni pe care nu prea vrei să le faci. Există așadar *motivație optimă* (motivația internă) și *motivație mai puțin optimă* (motivația externă). Motivația poate fi optimizată prin satisfacerea celor trei nevoi psihologice: competență, control și conexiune. În acest sens, important este să reușim a crea contextul în care elevul să se simtă motivat. Prin felul în care reacționează, educatorul (părinți, mediu educațional, profesori) încurajează:

- *motivația dezinteresată* – este suboptimă; copilul nu simte că i se satisfac nevoile și se manifestă adesea fie prin rebeliune, fie prin pasivitate; efectiv, copilul refuză să îndeplinească sarcina. În acest caz trebuie să ne întrebăm care nevoie nu îi este satisfăcută, iar nu ce putem face ca să-l determinăm să învețe;
- *motivația externă* – este suboptimă, de scurtă durată și este bazată pe recompense;
- *motivația impusă* – se bazează pe amenințare, frica de pedeapsă; este suboptimă: nu acționa fără presiunea celorlalți. Motivația autoimpusă este în zona competitivității (deși nu îmi place ceea ce fac, vreau să demonstrez că sunt cel mai bun). Perfecționismul reprezintă o motivație autoimpusă;
- *motivația aliniată* (optimă) este considerată una internă, deoarece apelează la principiile și valorile personale și se bazează pe autoreglare. Se formează la copil prin rutine, iar la adult devine o motivație rațională;
- *motivația integrată* – implică activitățile pe care le facem cu plăcere, din pasiune, care ne dau energie (nu o consumă) și sunt în strânsă legătură cu talentele personale
- *motivația inerentă* – acțiunile de la care nu te poți abține, care te fac să pierzi noțiunea timpului. Este pasiunea care poate deveni dependență, de aceea este nevoie de autoreglare sau, la extremă, de intervenția altei persoane.

Întâlnim, în societatea în care trăim, adulți care suferă de **sindromul eșecului**, denumit și „scuzemie” (David Joseph Schartz, Puterea Magică a gândului, București, 1998). Această „boală” a gândurilor este prezentă mai ales în rândul oamenilor mediocri, inclusiv la mulți dintre cei care se plâng că succesul i-a ocolit permanent. De îndată ce victima bolii eșecului și-a ales o scuză care „va ține”, nu mai renunță la ea. Apoi se bazează pe ea pentru a-și explica sieși și celorlalți de ce nu progresează. Și de fiecare dată când victima invocă scuza, aceasta se întipărește adânc în subconștientul său. Gândurile devin mai puternice când sunt repetate în mod constant. Succesul individual este invers proporțional cu înclinația de a-ți fabrica scuze. Cel care nu a progresat deloc și nici nu are asemenea intenții are mereu pregătit un sac de motive spre a-și explica lipsa de acțiune. Cei cu împliniri mărunte explică cât ai clipi de ce nu au, de ce nu fac, de ce nu pot și de ce nu sunt. „Scuzemia” apare într-o varietate de forme, dar cele mai cumplite ipostaze ale maladiei sunt legate de sănătate, inteligență, vârstă și hazardului.

Cred că fiecare dintre noi am trăit, măcar o dată, **frica de eșec**. Nimănu-i place să dea greș, să nu ajungă la rezultatul dorit. În unele cazuri, frica de eșec (antichifobie) poate fi atât de **puternică**, încât poate paraliza orice încercare de a face ceva nou sau de a ieși din rutină. În astfel de situații, motivația de a evita eșecul este considerabil mai mare decât motivația de a reuși.

Să nu uităm că noțiunea de „eșec” este **subiectivă** și **individuală**: ceea ce înseamnă eșec pentru o persoană, nu înseamnă același lucru pentru o alta. Interpretarea unui rezultat ca fiind un eșec tine de standardele și convingerile noastre. De exemplu, același rezultat poate fi interpretat ca un eșec total, în timp ce pentru altcineva poate fi o oportunitate de a vedea ce mai are de învățat.

Printre cauzele fricii de eșec se numără:

- părinți foarte critici - când părinții au așteptări foarte mari din partea copiilor, făcând comentarii critice și negative constant, copiii interiorizează vocile părinților pe măsură ce cresc și ajung să fie foarte critici cu ei înșiși
- experiențe traumatice și eșecuri importante din trecut - dacă am trecut prin situații jenante și/sau în care am eșuat puternic, există un risc ridicat ca acestea să își fi pus amprenta asupra noastră, prin apariția fricii de eșec.

Frica de eșec se face simțită pe mai multe planuri:

-la nivel *cognitiv* (gânduri și convingeri)

- gânduri și convingeri determinate de standarde foarte înalte privind propria performanță, în unele cazuri un perfecționism exagerat – „sigur nu voi face totul perfect”, „nici nu are rost să încerc, oricum nu o să iasă așa cum trebuie”;
- gânduri și scenarii negative: „dacă ceva rău se întâmplă”, „daca voi fi dezamăgit”, „dacă o dau în bară?”;

- la nivel *emoțional*

- anxietate, neliniște, frică, panică;
- sentimentul pierderii controlului;

- anticiparea eșecului poate fi trăită cu rușine, frustrare, furie, tristețe, regret, dezamăgire;  
- la nivel *comportamental* frica de eșec se manifestă prin tendința de a evita orice situație sau activitate care s-ar putea solda cu un eșec:

- persoanele evită, pe cât posibil, situațiile în care le-ar putea fi evaluată performanța;
- amânarea, pe cât posibil, a începerii unei activități, proiect;
- dificultăți foarte mari în a continua o activitate/ relație nouă;
- evitarea încercării unor lucruri noi.

Frica de eșec mai poate fi însoțită și de următoarele aspecte:

- îngrijorare și preocupare despre ce ar putea crede ceilalți despre mine;
- îndoială în propriile abilități;
- teama de a-i dezamăgi pe ceilalți.

În general, **frica de eșec** este foarte legată și de o **stimă de sine scăzută** sau o încredere scăzută în forțele proprii (perfecționism; anxietate; autosabotaj). Așadar frica de eșec este o greșală învățată în timp, cel mai adesea începând chiar din copilărie. Neputința învățată creează un *cerc vicios*: cei care simt că nu sunt capabili de succes nu sunt încântați să depună mai mult efort în sarcinile școlare, ceea ce scade șansele de reușită, prin scăderea motivației și a efortului necesar. Această schemă de gândire eronată se dezvoltă, din păcate, foarte des în mediul școlar: elevii afectați își pierd interesul față de un subiect, față de o materie sau chiar față de tot ceea ce se petrece în școală.

În practica didactică, „**sindromul eșecului**” se referă la elevii care abordează evaluările cu siguranța eșecului și au tendința de a renunța chiar și la cea mai mică dificultate. Acești elevi eșuează din start pentru că nu se implică total, încep cu reținere și renunță atunci când întâmpină greutăți. Această tulburare se dezvoltă predominant prin experiențe de învățare eșuate în contexte sociale. Mulți copii încep școala cu entuziasm, dar, în timp, ei nu înregistrează succesul școlar și intervine teama de a nu fi umiliți în public. Temându-se a nu se face de rușine cu răspunsul lor greșit, renunță să mai ofere răspunsul. Așadar ei nu se concentrează pe sarcinile de învățare, ci se preocupă mai ales de imaginea de sine. Eșecul este cauzat, astfel, mai ales de **pesimismul** elevului, decât de lipsa abilităților.

Ce putem face pentru a „lupta” împotriva acestei tulburări și, mai ales, ce putem face pentru a o preîntâmpina?

Aplicarea unei *pedagogii pozitive* ar putea fi cel mai simplu răspuns. Este foarte important ca elevii să înțeleagă corect **motivul eșecului**. Dacă un elev crede că a eșuat pentru că profesorul îl urăște sau că îl consideră „prost”, el va găsi cauza în factori externi, care nu țin de el și are toate șansele să devină tot mai neputincios. Din contra, dacă elevul gândește că eșecul se datorează pregătirii sale insuficiente, identifică factori pe care îi poate controla, fiind mai puțin probabil să „învețe neputința”. Elevii care conștientizează limitele propriilor abilități, și le vor dezvolta prin practică, sub îndrumarea profesorului. Profesorul trebuie să fie mentor (nu judecător), care consideră erorile ca naturale și utile, care se concentrează pe dezvoltarea abilităților și urmărește atingerea obiectivelor prin strategii bazate pe motivația intrinsecă.



Psihologul Carol Dweck a realizat o amplă cercetare prin anii '70, prin care a identificat o cale foarte eficientă pentru a atenua **neputința învățată**: chiar **eșecul**. În studiul său, participanții, care trecuseră prin reacții serioase la eșec, au fost organizați în două grupuri: unii au fost instruiți în legătură cu ce a cauzat eșecul și au fost învățați să-și asume responsabilitatea pentru viitoarele eșecuri, atribuindu-le efortului insuficient, pe când ceilalți au fost instruiți doar pe baza reușitelor avute. Rezultatele au arătat că cei din al doilea grup (orientarea doar pe succes) nu au avut nicio îmbunătățire în modul de a reacționa la eșec, pe când grupul axat pe eșec a înregistrat îmbunătățiri semnificative. Acest experiment, alături de altele desfășurate în anii '70-'90, a stat la baza unei teorii despre *comportamentul uman legat de eșec, neputința însușită și reziliență*.

Psihologul Martin E.P Seligman îndreaptă atenția asupra celei mai opuse soluții pentru abordarea neputinței însușite: optimismul. Deja numele său era legat de problema neputinței însușite, așa încât a continuat studierea subiectului întrebându-se ce alte mentalități și perspective pot fi învățate și dacă oamenii pot dezvolta trăsături pozitive în locul sentimentului de neputință. El a descoperit astfel că, prin reziliență, oamenii pot învăța să dezvolte o perspectivă optimistă. Această abilitate a fost observată atât la copii, cât și la profesori, militari și nu numai. Se poate să fie mai greu să înveți optimismul, decât să înveți neputința, dar nu este imposibil. (această teorie poate fi aprofundată printr-un material video: <https://youtu.be/2hhnq45renu> )

Inspirați de viziunea lui Jere Brophy, putem realiza o listă cu sfaturi pentru profesori, ce pot fi utile în activitatea cu elevii din această zonă de risc educațional, în încercarea de a-și depăși temerile:

- Respectă confidențialitatea notelor!
- Oferă un feedback personalizat!
- Nu compara elevii unii cu alții!
- Evită să-ți stabilești așteptări nerealiste față de acești elevi !
- Stabilește relații de suport bazate pe încredere și încurajează elevii să adopte obiective tot mai ambițioase și planuri de dezvoltare, să insiste, când întâmpină dificultăți și să ceară ajutor, când este nevoie.
- Înfățișează efortul ca fiind ceva necesar pentru toți!
- Prezintă-le orice dificultate ca pe o ocazie de învățare!
- Laudă și încurajează procesul, abilitățile, efortul depus sau strategia adoptată, iar nu inteligența !
- Ajută-i să depășească experiențele negative de învățare! (văzând că ei știu ce să facă înainte să le ceri să lucreze independent, oferind feedback imediat la răspunsurile lor și asigurându-te că ei cunosc criteriile de evaluare)
- Apreciază-i pentru efortul real, accentuând progresul înregistrat și proiectând așteptări pozitive!
- Încurajează implicarea personală, permițându-le să-și stabilească obiective, să facă alegeri și să folosească autoevaluarea pentru a-și evalua progresul!
- Utilizează metode de lucru în grup pentru a spori stima de sine (activități care orientează acești elevi spre aprecierea calităților personale și recunoașterea lor de către ceilalți membri ai grupului).

- Identifică, împreună cu elevii, situațiile educaționale în care se simt confortabil și pe cele care le provoacă anxietate (și de ce).
- Asigură-i pe elevi de disponibilitatea ta de a-i ajuta prin diminuarea importanței notelor (funcția de ierarhizare a evaluării) și a competiției între elevi, punând accent pe notarea succesului, nu a greșelii, lucrând individualizat, numind acești elevi să răspundă doar când se oferă și e foarte probabil să răspundă corect, sau după ce i-ai pregătit în prealabil, cu alte sugestii și indicații.
- Apreciază-i pentru îndeplinirea sarcinilor dificile, ca și pentru orice succes obținut
- Cere-le să realizeze (sau să depună un efort susținut în acest sens) măcar o parte din sarcină, înainte de a cere ajutorul.
- Evidențiază asemănările dintre actuala sarcină de lucru și cea realizată cu succes mai înainte.
- Acordă-le mai mult timp pentru rezolvare, dacă este necesar, dar insistă asupra necesității de a-și îndeplini sarcina!
- Oferă-le exemple de elevi care au înregistrat succesul, abia după ce s-au străduit să corecteze greșelile!
- Găsește răspunsuri constructive la greșelile cu care se confruntă (atribuie nereușita unor cauze ce pot fi corectate, identifică problema și corectează greșeala, abordează problema într-un alt fel)!
- Promovează ideea că **efortul**, împreună cu un **plan** bun, conduc la **succes**!
- Învăță-i pe elevi să facă distincția între când au nevoie de ajutor și când chiar au nevoie de ajutor! Când chiar au nevoie de ajutor, acordă-l prin explicații, întrebări sau aluzii care i-ar putea face să se gândească la problemă
- Permite-le să-și îmbunătățească nota, prin corectarea greșelilor!
- Oferă-le posibilitatea de a alege din mai multe variante de răspuns, mai degrabă decât oferirea de răspunsuri la întrebări (itemii deschiși)!
- Să nu iei niciodată în râs un copil pentru greșeli!
- Tratează mereu greșeala ca o oportunitate de învățare!
- Elevul trebuie să știe că orice om face greșeli, la un moment dat, însă prin corectarea acestora putem progresa.
- Permite-le să greșească! Este vital pentru copii să greșească și să încerce din nou, atâta timp cât le ești alături pentru a-i sprijini când greșesc.



#### Bibliografie web

<https://www.verywellfamily.com/helping-your-child-with-motivation-2162569>

<https://sfaturimedicale.ro/frica-de-esec/>

<https://positivepsychology.com/learned-helplessness-seligman-theory-depression-cure/>

<https://motivationtoolbox.weebly.com/strategies-for-helping-failure-syndrome-students.html>

<https://motivationtoolbox.weebly.com/what-about-grades.html>

## MIND MAPPING

Mind mapping este un instrument eficient de învățare.

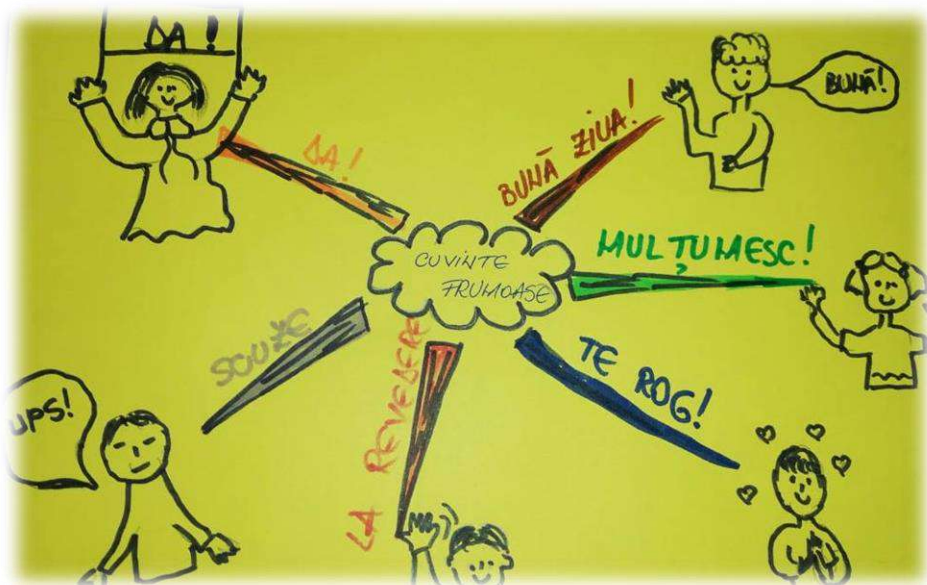
*Mind* în limba engleză înseamnă „spirit”, în sensul că reprezintă creierul care gândește. *Map* înseamnă „hartă”. *Mind mapping* poate fi tradus prin sintagma „hartă creierului care gândește”. Psihologul englez Tony Buzan a teoretizat acest principiu în anii 1970, plecând de la considerația că, creierul nostru nu aranjează ideile unele sub altele, ci funcționează prin asocieri de idei, creând o arborescență dinamică și simultană. Prin acest instrument, creierul respectă funcționarea naturală a sa, dar favorizează și formarea legăturilor dintre idei, având drept urmare o mai bună înțelegere. Atunci când noi organizăm informațiile în spațiul unei foi, creăm, ca niște rețele, ramificații care reproduc felul în care creierul se conectează în permanență.

Mind mapping este văzut ca un instrument care îmbunătățește capacitățile cognitive (înțelegerea, organizarea informațiilor, capacitatea de gândire) și competențele sociale (stima de sine, împărtășirea cunoștințelor).

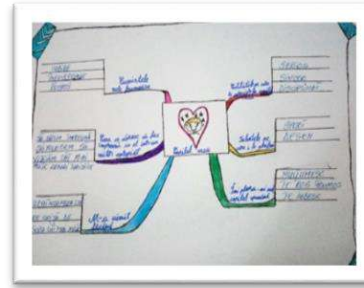
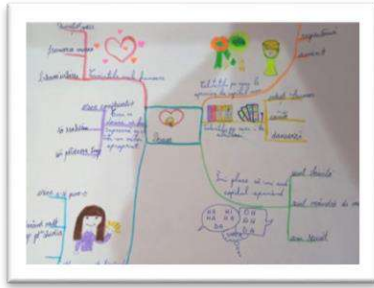
*Cum alcătuim Mind Map?*

Harta se realizează pe o coală de hârtie, format landscape. Subiectul principal se notează în mijlocul foii și este numit *inima hărții*. În jurul inimii, vom trasa ramurile, pentru a crea arborescența ideilor. Primele ramuri, numite principale, care pornesc din inimă, sunt cele care numesc temele, iar crenguțele care urmează, numite secundare, numesc ideile raportate la teme. Cuvintele așezate pe ramuri sau la capătul lor constituie idei-cheie care deschid ușa restului informațiilor, care așteaptă răbdătoare în mintea noastră și care așteaptă să fie chemate. Din acest motiv, se recomandă evitarea frazelor lungi. Harta poate fi completată de imagini și culori pe ramuri.

Putem utiliza mind mapping de la cea mai fragedă vârstă, mai exact de la 3 ani. La vârstă mică, hărțile ne ajută la o mai bună comunicare și poate constitui un bun început pentru a porni un dialog. Am exemplificat printr-o hartă a „cuvintelor frumoase”, cuvinte care încălzesc corpul și aduc bucurie, hartă ce poate fi utilizată atât la grădiniță, cât și acasă, de către părinți.



Cea mai bună hartă este considerată harta realizată de părinți, împreună cu copilul. Plecând de la acest considerent, am solicitat elevilor mei din clasa a VI-a, realizarea unei astfel de hărți, împreună cu părinții, prin care să furnizeze informații despre ei, priviți prin ochii părinților. Vă expun, în continuare, câteva exemple:



Pentru elevii din ciclul primar, harta poate fi un instrument de înțelegere și poate fi utilizată ca hartă-instrument în realizarea exercițiilor; de exemplu, hărți mentale pentru fiecare parte de vorbire.

În ciclul gimnazial, utilizarea hărții ca instrument de memorare rămâne de actualitate. Mai mult decât atât, ea va permite copilului să transforme, să reformuleze și astfel, să-și însușească informațiile.

Profesorii pot apela la acest instrument pentru crearea unei hărți-programă. Aceasta este utilă atât profesorului cât și elevului, pentru a avea o imagine de ansamblu asupra programei pe care o au de parcurs. Sau, utilizând mind mapping, construim o hartă care facilitează înțelegerea și memoria și care are drept punct de plecare un text, o lecție, un document.

Mind mapping constituie un instrument foarte eficient în remedierea dificultăților de memorare a copiilor care suferă de dis-(lexie-praxie-fazie). Părinții care îl utilizează, au declarat că timpul pentru rezolvarea temelor s-a diminuat, învățarea este stimulată, iar copiii sunt mai puțin oboșiți.

Pentru copiii care suferă de tulburări dislexice (tulburări de citire), spațialitatea informațiilor ușurează memorarea iar cuvintele-cheie îi ajută să nu se mai simtă copleșiți de numărul mare de cuvinte într-o frază.

Pentru copiii care suferă de tulburări dispraxice (tulburări de neurodezvoltare, coordonare motorie lentă), harta este realizată împreună cu un părinte.

Pentru copiii cu tulburări disfazice (tulburări neuropsihiatrice, de dezvoltare a limbajului), harta este un instrument propice de a-i ghida în alcătuirea propozițiilor simple. Imaginile sunt asociate cu cuvinte, ajutându-i să rămână ancorați de ideea pe care doresc să o formuleze.

Așadar, mind mapping constituie un instrument util al activității noastre, fie părinți, profesori sau elevi.





## Termometrul învățării

termometrul învățării poate fi un instrument util profesorilor, pentru a verifica modul în care elevii înțeleg lecția predată. tot ce avem de făcut este să stabilim un cod al culorilor (instrucțiunile pot fi afișate în clasă) și să ne asigurăm că elevii au la dispoziție culorile roșu, galben și verde. după etapa de predare, vom ruga elevii să ridice una din cele trei culori, astfel:

Roșu = „nu am înțeles deloc!”

Galben = „am înțeles parțial, dar am nevoie de sprijin suplimentar”

Verde = „am înțeles foarte bine și pot să le explic și celorlalți”

Este, în fapt, o modalitate foarte simplă de a obține feedback din partea copiilor, pentru a putea remedia eventualele disfuncționalități.





**ÎN ACEST NUMĂR VĂ OFERIM:**

1. *Prezentarea școlii* pag. 3
2. *Povestea încurajării* pag. 6
3. *DOMINO – educație cu încurajare* pag. 9
4. *Climatul educațional și starea de bine* pag. 20
5. *Emometrul* pag. 25
6. *Elevii despre starea de bine* pag. 26
7. *Starea de bine – ce mă face fericit* pag. 27
8. *Teorii ale motivației. Recompensă și pedeapsă* pag.28
9. *Dezvoltare socio emoțională* pag. 34
10. *Roata emoțiilor* pag. 40
11. *Povestea Scufița Roșie* pag. 42
12. *Nevoile psihologice de bază ale copilului* pag. 44
13. *Bunătate și empatie* pag. 48
14. *Bunătatea opusă răutății* pag. 50
15. *Învățare cu încurajare* pag. 51
16. *Dă-mi puțină fericire!* pag. 53
17. *Cuvinte care înfloresc inimi* pag. 54
18. *Teama de eșec în educația copilului* pag. 55
19. *Mind mapind* pag.61
20. *Termometrul învățării* pag. 63

*Acest număr este unul special, fiind dedicat activității schimbului de experiență a coordonatorilor de proiecte și programe educative, zona Fălticeni, găzduit de școala noastră, în regim online (webinar), vineri, 12.11.2021*

**COORDONATORI:**

*Inspector educație permanentă, prof. Vîntur Tatiana*

*Director, prof. Petrișor Iacob*

*prof. Bența Viorica*

*prof. Irina Roxana Acatrinei*

*prof. Acatrinei Gheorghe*

**colaboratori:** *prof. Pohoăță Iuliana-Gabriela*

*prof. Busuioc Corneliu-Constantin*

*prof. Ciobîcă Alina*

*prof. Ilisei Vasilica*

*prof. Sveduneac Mirela*

*prof. Verdeș Maria*

*prof. Sasu Aurica*

*prof. Albu Andreea*

*prof. Apreutesei Cătălina-Maria*

