



SUPPORT DE CURS

PROGRAM DE EDUCAȚIE PARENTALĂ



Kanton Zürich



Terre des hommes

tdh.ch

CUPRINS

CAPITOLUL I. DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROFESIONALĂ.....	3
MODULUL 1.1. Mituri și adevăr despre romi	3
MODULUL 1.2. Percepția și acțiunea	10
MODULUL 1.3. Stereotipuri, prejudecăți și discriminare	15
MODULUL 1.4. Politica de protecție a copilului	24
CAPITOLUL II. INSTRUIREA ADULȚILOR	33
MODULUL 2.1. Învățarea experiențială și specificul învățării la adulți	33
MODULUL 2.2. Dinamica de grup	48
MODULUL 2.3. Motivarea adulților pentru învățare	58
CAPITOLUL III. ACTIVITĂȚI DE GRUP CU PĂRINȚII	68
Sugestii metodologice pentru organizarea și desfășurarea activităților de grup cu părinții.....	68
MODULUL 3.1. Particularități de vârstă ale copiilor	75
MODULUL 3.2. Necesitățile, emoțiile și comportamentul copiilor	84
MODULUL 3.3. Stiluri de atașament.....	95
MODULUL 3.4. Reziliență și resurse personale.....	104
MODULUL 3.5. Parentalitate pozitivă și stiluri de educație	111
MODULUL 3.6. Strategii de disciplinare pozitivă	119
MODULUL 3.7. Modelarea comportamentului	127
MODULUL 3.8. Comunicare pozitivă părinți-copii.....	134
MODULUL 3.9. Strategii de soluționare a conflictelor	141
MODULUL 3.10. Strategii de gestionare a emoțiilor	147
MODULUL 3.11. Motivația pentru învățare	155
ANEXE.....	162
ANEXA 1. Exerciții energizante.....	162
ANEXA 2. Scrisoare către părinți	165
ANEXA 3. Activități de prezentare și cunoaștere	166

CAPITOLUL I. DEZVOLTAREA PERSONALĂ ȘI PROFESIONALĂ

MODULUL 1.1. Mituri și adevăr despre romi

SCOP

Cunoașterea identității culturale a comunității de romi.

OBIECTIVE

La finalul activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să observe, să definească și să recunoască aspecte specifice culturii romilor;
- să identifice elemente caracteristice vieții romilor;
- să manifeste respect față de specificitatea etniei rome.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Film „Școala mea”, „Modele pozitive”;
- Foi resursă.

SCENARIUL

1. Brainstorming (5 min)

Rugați participanții ca în timp de 1 min să exprime mai multe cuvinte care le trec prin minte ce se asociază cu cuvântul „țigan”.

Împreună cu participanții elaborați o scurtă descriere a etniei rome, utilizând cuvintele enunțate.

- Ce părere aveți despre imaginea pe care o avem despre romi?
- Cum s-a format o astfel de imagine?

2. Vizionare film de scurtă durată despre școlarizarea copiilor romi. (15 min)

- Ce emoții v-a trezit acest filmuleț?
- Confirmă sau infirmă descrierea de mai sus?

3. Vizionare film de scurtă durată despre modele pozitive din comunitatea romilor. (10 min)

- Ce emoții v-a trezit acest filmuleț?
- Confirmă sau infirmă descrierea de mai sus?

4. Activitate de grup (60 min)

- a) Repartizați participanții în grupuri de învățare câte 4-5 persoane. Solicitați participanților să numere de la 1 la 5 în fiecare grup.
- b) Distribuți fiecărui participant materialul ce conține detalierea subtemei corespunzătoare numărului său; li se precizează participanților faptul că vor studia și vor prezenta materialul aferent numărului lor și celorlalți colegi.

- c) Participanții care au același număr și, respectiv, aceeași subtemă de abordat, se vor constitui în grupuri de experți.
- d) Solicitați „experților” să studieze și să aprofundeze împreună materialul distribuit, să evidențieze mesajele-cheie a respectivului conținut.
- e) Rugați participanții să reconstituie grupurile de învățare. Fiecare „expert” va „preda” conținuturile aferente subtemei sale; modalitatea de transmitere trebuie să fie concisă, stimulativă, atractivă.
- f) Rugați fiecare grup de participanți să elaboreze o nouă descriere a etniei romă, în baza informației studiate.
- g) Prezentarea descrierilor.

Discuții:

- Ce aspecte noi ați aflat despre populația de etnie romă?
- Acum după cele discutate, în ce măsură atitudinea față de romi s-a schimbat sau nu?
- De ce avem nevoie pentru a face o schimbare în atitudinea față de o etnie diferită?
- Care sunt avantajele cunoașterii specificului vieții și culturii romilor?

FIȘA RESURSĂ 1

1. Rolul femeilor și bărbaților în comunitățile de romi

În unele familii și comunități rome diferențele dintre rolurile femeilor și bărbaților urmează un tipar foarte tradițional, cu o clară dominanță a autorității masculine și predominanța lui în viața socială. Aceasta corespunde în mare măsură situației specifice familiilor tradiționale din orice cultură: bărbatul este responsabil pentru asigurarea veniturilor necesare traiului și pentru relațiile cu celelalte familii din comunitate în timp ce femeia se ocupă de creșterea și educarea copiilor mici și de prepararea hranei și confecționarea de îmbrăcăminte. Bărbatul este de asemenea șeful familiei și purtătorul și apărătorul prestigiului acesteia în exterior.

Printre caracteristicile care reflectă existența acestui rol tradițional ce afectează diferențele de gen în unele familii, putem găsi, printre altele, preferința unei familii către căsătorii în cadrul aceleiași familii sau către fidelitatea soției și virginitatea miresei - motiv pentru care tații se tem câteodată atunci când fiicele lor încep învățământul secundar. Contactul cu băieți de vârsta lor sau mai mari poate duce la atașamente și angajamente emoționale într-un mediu necunoscut, ceea ce poate da naștere la situații nedorite de către familie, aceștia preferând ca fiicele lor să se căsătorească cu persoane pe care le cunosc și care au obiceiuri similare.

Mai mult, în familiile rome mai tradiționale, femeile asumă un rol de îngrijire foarte devreme în viață. Ele au grijă de frații mai mici, de exemplu, iar în cazul stabilirii unei relații formale, femeile au de asemenea grijă de membrii familiei bărbatului lor. Toate acestea implică timp și energie dedicate responsabilităților de îngrijitor, care sunt deseori incompatibile cu viața școlară (dificultăți în a fi prezent la ore, temeri privind o potențială relație cu alți băieți, etc).

FIȘA RESURSĂ 2

2. Rolul și structura familiei în comunitățile de romi

Familia ocupă un loc de primă importanță în organizarea comunităților de romi, indiferent de perioada sau de ocupația specifică a grupului din care face parte. Totul gravitează în jurul familiei: relații sociale și economice, educație și transmiterea meșteșugurilor și tradițiilor, securitatea și protecția individului.

Orice individ există în primul rând ca membru al unei familii. Interacțiunile între indivizi sunt percepute ca fiind interacțiuni între familii. De aceea, un membru al familiei care dobândește prestigiu în cadrul comunității onorează întreaga familie. La fel, o greșală făcută de un individ, potrivit tradiției romilor, se răsfrânge asupra întregii familii a acestuia.

Când se vorbește despre familie se are în vedere în general familia lărgită, formată din mai multe cupluri înrudite și copiii lor, pe mai multe generații. De multe ori familia conjugală are o importanță relativ redusă. Structura familială asigură în mod tradițional solidaritatea tuturor membrilor ei. Astfel, persoanele în vârstă sunt îngrijite de urmașii lor, celibatarii, extrem de rari de altfel, rămân cu familia părinților, orfanii sunt și ei luați în grijă de rude. Apartenența la familie asigură deci securitatea socială și psihologică a individului. Este ușor de înțeles în

acest context de ce excluderea din grup este percepută ca una dintre cele mai grave sancțiuni.

În opoziție cu importanța acordată familiei în viața indivizilor și a comunității, apare frecvența neglijare a aspectelor exterioare, administrative, legate de familie. Astfel, numeroase căsătorii ale romilor nu sunt înregistrate oficial, iar, când înregistrarea este făcută, numele din acte are o importanță redusă, el fiind în multe cazuri dat la origine de autorități.

Vârsta la care se realizează căsătoriile este de cele mai multe ori foarte redusă: 17-18 ani pentru băieți și 13-15 ani pentru fete. Tradițiile specifice care marchează momentul căsătoriei sunt diferite de la un neam la altul și au fost de asemenea puternic influențate de populațiile alături de care au trăit. La unele neamuri căsătoria este făcută ca urmare a unei înțelegeri prealabile a familiilor celor doi tineri, în timp ce la altele acceptul familiei este obținut ulterior, tânărul trebuind să-și "fure" viitoarea soție din familia părinților ei.

Nașterea primului copil este considerată ca un eveniment crucial în viața familiei. Ea este urmată deseori de numeroase alte nașteri, orice nou născut fiind binevenit în familie. Acest lucru face ca în comunitățile de romi ponderea copiilor să fie în general foarte ridicată. Educația copiilor se face de către întreaga familie, copilul trăind în permanență înconjurat de părinți și rude, inclusiv copii mai mari în vârstă. Inițiativa și responsabilizarea copiilor, capacitatea lor de a se descurca singuri de la o vârstă cât mai fragedă, sunt apreciate favorabil de către familie și comunitate.

Vârstnicii, în special bunicii, sunt cei mai respectați. Ei sunt cei cu mai multă experiență și, prin urmare, aceștia pot oferi sfaturi deoarece sunt considerați înțelepții familiei.

FIȘA RESURSĂ 3

3. Ocupații tradiționale și ocupații actuale

Meseriile tradiționale, poate cu excepția ghicitului, sunt meserii ale bărbaților. Nu se poate spune că femeile nu sunt implicate, dimpotrivă, de cele mai multe ori acestea își ajută bărbații la locul de muncă.

O meserie larg răspândită din evul mediu în rândul romilor era fierăria. Romii fierari fabricau toată gama de produse din fier necesare într-o gospodărie țărănească sau la o curte boierească, cum ar fi, spre exemplu, unelte pentru agricultori, arme și armuri, cuțite, ace, foarfeci, potcoave, diferite alte tipuri de instrumente și unelte. Romii fierari au fost printre primii care au devenit sedentari și s-au integrat în comunitatea majoritară.

O alta categorie de romi o reprezintă căldărarii. Ei sunt de altfel cei care au păstrat cel mai bine elementele specifice culturii și tradițiilor romilor, precum și modul de viață nomad. Bărbații confecționau căldări, oale, tigăi, obiecte de podoabă și de cult din aramă și alamă, în timp ce femeile realizau perii și bidinele (perie de vâruit) din păr de cal.

Printre romi - mai ales în România – putem găsi bijutieri meșteșugari (argintari). Ei preluau metalul din monede vechi de argint și bijuterii vândute de către populație. Această meserie cuprinde fabricarea de bijuterii, îmbrăcăminte (nasturi), obiecte de uz casnic și obiecte religioase (cădelnițe, sfeșnice, lumânări, cruci).

Romii au învățat tehnica „spălării aurului” de la romani și au practicat-o în toate cele trei țări românești. Romii aurari erau nomazi, locuind în corturi, și lucrau la culesul aurului primăvara și vara. Toamna și iarna se instalau în locuri cu climat prielnic și își câștigau existența confecționând obiecte din lemn.

Treptat însă spălatul aurului nu a mai reprezentat o îndeletnicire profitabilă și veniturile obținute nu mai permiteau nici măcar supraviețuirea, astfel încât romii aurari au fost obligați să se orienteze spre alte ocupații. Cea mai mare parte dintre aceștia s-au profilat pe prelucrarea lemnului devenind rudari, respectiv lingurari sau blidari. O parte au învățat să confecționeze cărămizi și să poată asigura astfel sursa de venit necesară comunității. Cărămidăria a devenit o meserie căutată în special începând cu prima jumătate a secolului al XIX-lea.

Un specific deosebit îl are neamul ursarilor care ducea o viață nomadă și își câștiga existența în principal dând spectacole cu urși dresați de ei. Pe lângă această ocupație de bază ei mai confecționau ciururi și diverse obiecte mărunte din fier (cuie, topoare, broaște, etc.) sau se îndeletniceau cu creșterea catârilor. Începând din perioada interbelică activitatea lor principală a fost interzisă.

Numeroase alte meserii au fost de asemenea practicate de romi, printre care confecționarea sitelor, olăritul, morăritul, extracția pietrei sau a sării, confecționarea de obiecte din os, comerțul cu flori, cu cai, sau cu covoare și mătăsuri, zidăria, sau tinichigeria. Au existat de asemenea din perioada feudală romi lăcătuși, spoitori, ciubotari, curelari, bucătari, cârciumari și, desigur, lăutari.

În ceea ce privește muzica romilor, aceasta este una din meseriile tradiționale cele mai populare. Acest tip de meserie este tradițională pentru generații de romi și este transmisă din tată în fiu, fiind practicat într-un grup sau trupă. Este practică la diferite ocazii ca nunți, petreceri, târguri și nu necesită cunoașterea notelor muzicale. Instrumentele folosite, în ordinea frecvenței, sunt: vioara, (inclusiv un tip de vioară improvizată, de fapt, o viola cu un semicerc sau cu șase corzi), lăuta, țambalul, acordeonul (împrumutat din muzica nemțească), basul (așa-numiții basiști și violonceliști), chitara, cimpoiul, fluierul din lemn de salcie, plop sau trestie de zahăr, tamburina (folosită de romii ursari), clarinetul.

FIȘA RESURSA 4

4. Obiceiuri și tradiții ale romilor

Tradițiile au fost unul dintre instrumentele prin care identitatea romilor s-a menținut secole de-a rândul și au jucat un rol important în viața romilor în fiecare loc în care aceștia au trăit. Tradițiile, numite „Romano zakonî” sunt transmise din generație în generație. Locul unde aceste tradiții se manifestă pe deplin în rândul romilor din întreaga lume se află în interiorul familiei și în viața de familie. Pentru romi, unitatea de bază este constituită de familie și rude (neamuri). Tradițiile acoperă fiecare aspect al vieții, de la naștere până la moarte, de la conflicte până la interrelații, la viața de familie, igienă și așa mai departe. Tradițiile familiilor formează încă nucleul central al culturii romilor. Acestea sunt în continuare foarte mult prezente chiar dacă romii nu mai respectă întru totul modul de viață tradițional.

Un eveniment important în viața romilor este nașterea. În multe grupuri de romi, înainte și după naștere, există o serie de interdicții cu privire la femeile gravide și la mame. Nașterea

unui copil marchează recunoașterea bărbatului de către comunitate. Prin nașterea primului fiu, bărbatul este tratat cu mai mult respect și este văzut ca un adevărat gospodar, beneficiind de independență și autoritate.

În comunitățile de romi din Bulgaria, după naștere, copilul este spălat în mod simbolic în apă sărată (să nu miroasă a crud și să fie mai sănătos), în care sunt puse monede pentru sănătate și flori de primăvară, în cazul în care nașterea este primăvară. Romii coc așa-numitele prăjituri obișnuite în astfel de ocazii. Rudele și prietenii se adună la o masă, unde mănâncă miere, halva și brânză. La reuniunea cu prăjituri nu se servește alcool

Se cunosc tradiții în ce privește căsătoria. Viitoarele soții sunt alese printr-o metodă specială: „din auzite”. Bărbații se interesează despre potențialele lor soții – trecând în revistă familiile care ar putea avea fete de măritat. Tatăl și mama mirelui plătesc, uneori, o vizită la părinții fetei. Părinții băiatului caută o noră care să fie frumoasă, cu zestre și dintr-o familie cunoscută. Dacă aceștia arată că se potrivesc, ceremonia corespunzătoare unei logodne poate începe. În unele grupuri, mireasa este plătită în bani și suma poate fi considerabilă.

O altă tradiție care există între diferite grupuri de romi este răpirea fetei de către băiat sau mai degrabă fuga cuplului de tineri atunci când părinții nu au acceptat în mod oficial nunta. După câteva zile, cuplul revine, iar nunta este realizată.

După nuntă, fata poartă o eșarfă pe cap. Ea nu este liberă să-și arate părul decât soțului. Această tradiție este încă practică printre mulți romi, dar în marile orașe, va dispărea lent. În mod tradițional mireasa va locui cu familia soțului, însă părinții nu o vor scăpa din ochi în cadrul noii familii.

O altă parte importantă din tradițiile romilor este dedicată regulilor referitoare la ritualurile de curățire și necurățire. Din prima zi a menstruației și până la menopauză o fată este considerată ca fiind potențial necurată și ar putea face un bărbat necurat. Bărbatului nu îi este permis să atingă fusta femeii și femeii pe de altă parte, nu îi este permis să se așeze lângă instrumentele de lucru. În cazul în care se întâmplă acest lucru, întreaga muncă devine necurată și trebuie să fie aruncată sau ruptă.

Există alte lucruri considerate ritualic necurate. De exemplu: a mânca sau a bea din farfuriile și vesela de pe podea; spălarea hainelor bărbătești și femeiești împreună; spălarea împreună a hainelor din partea superioară a corpului și spălarea hainelor pentru partea inferioară a corpului sunt considerate necurate. Aceste tradiții sunt încă respectate printre diferite grupuri de romi.

FIȘA RESURSĂ 5

5. Nivelul de educație și gradul de alfabetizare

În general, cea mai severă formă de manifestare a diferențelor în ce privește nivelul de educație este analfabetismul în rândul romilor. Nivelul de educație și gradul de alfabetizare printre grupurile vulnerabile, și cel al romilor în special, este cu mult mai scăzut decât cel mediu pe țară.

Conform datelor o cincime din populația de romi nu dispune de abilități minime de scriere și citire în timp ce pentru populația non-roma acest indicator este de 10 ori mai mic. Cu alte cuvinte, în timp ce gradul de alfabetizare printre majoritatea respondenților care nu sunt romi

este aproape de gradul de alfabetizare național al adulților (de peste 15 ani), ceea ce constituie 98,9%, gradul de alfabetizare al respondenților de origine roma, care constituie 75%, este cu mult mai mic decât cel național. Acest nivel este mai mic decât valoarea medie raportată pentru Kenya (74%) – o țară considerată cu un nivel scăzut al dezvoltării umane. Prezența unei rate atât de mari de analfabetizare în rândurile romilor (21% comparativ cu 2% pentru populația non-roma) contribuie practic la excluderea unei părți semnificative a populației din viața socială și economică și limitează semnificativ posibilitățile lor de a găsi un loc de muncă bine plătit.

În general, conform datelor romii au un nivel de studii mult mai redus decât populația non-roma. Pe lângă faptul că fiecare al cincilea adult rom nu are studii, trei din zece romi dispun cel mult de studii primare și alți trei (din zece) au doar studii medii (inclusiv studii incomplete sau studii profesionale). Sunt foarte puțini romi cu studii superioare. Situația este diferită în cazul populației non-roma unde, majoritatea adulților (45%) au studii gimnaziale și studii profesionale și 38% au studii superioare.

Gradul de cuprindere în învățământul primar al copiilor romi este mai mic de 70% și în cel gimnazial mai mic de 50%. Copiii roma cu vârsta cuprinsă între 7-15 ani, în proporție de 43% nu frecventează școala, comparativ cu cca 6% în cazul populației non-roma.

În ce privește abandonul școlar (pentru copiii cuprinși în limitele de vârstă între 6 și 22 ani), cauzele reprezintă un complex de motive subiective și obiective. Printre motivele obiective se includ costurile prea mari pentru studii (34%), probleme de sănătate (7%), distanța prea mare pînă la școală (5%). În ceea ce privește motivele subiective, cel mai semnificativ dintre ele este opinia părinților conform căreia copilul lor a atins deja nivelul necesar de cunoștințe (14%); alte motive ar fi căsătoriile timpurii (8%) și faptul că, copiii sunt nevoiți să muncească (8%). Este important de menționat faptul că discriminarea în școli și lipsa de cunoaștere a limbii au fost menționate doar de 2% dintre respondenți – o constatare în contradicție cu afirmațiile unor lideri roma care susțin că tocmai acești doi factori explică accesul limitat al romilor la școlarizare. Un motiv deloc de ignorat ar fi inexistența școlilor cu predare în limba romani

O altă explicație pentru abandonul școlar și nivelul redus al înscrierii la școală a copiilor roma ține de lipsa posibilităților financiare ale familiei pentru susținerea studiilor copiilor.

Surse bibliografice

1. Vasile Cantarji, Maria Vremiș, Viorica Toartă, Natalia Vladicescu, Romii din Republica Moldova în comunitățile locuite preponderent de romi. Raport elaborat în cadrul Programului comun al ONU "Consolidarea sistemului statistic național", cu susținerea PNUD, UN Women, UNICEF și sprijinul financiar al Guvernului Suediei. Chișinău, 2013.
2. Sorin Cace, Vasile Cantarji, Nicolae Sali, Marin Alla, Romii în Republica Moldova. Raport PNUD Moldova. Chișinău, 2007.
3. Ion Diminica, Romii din Republica Moldova, 600 ani 1414-2014. www.academia.edu
4. www.roma.md
5. <http://www.romanicriss.org/>

MODULUL 1.2. Percepția și acțiunea

SCOP

Recunoașterea influenței varietății de percepții asupra modului de a lua decizii și a acționa.

OBIECTIVE

La la finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să experimenteze în grup varietatea percepțiilor și recunoașterea opiniei tuturor membrilor grupului;
- să explice funcționarea percepției;
- să determine riscurile interpretării percepției;
- să aplice cele trei etape de intervenție în situații concrete.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- imagini lipite pe foi de hârtie A4, de culoare albă;
- fișa resursă 1;
- fișa resursă 2.

SCENARIUL

1. Activitate individuală *Fotolimbaj* (30 min.)

- Împărțiți grupul în două subgrupuri a câte opt, maximum zece persoane. Distribuți câte cinci imagini fiecărui subgrup. Participanții vor face schimb de imagini între ei. Activitatea se petrece în tăcere.
- Scrieți în josul foii ceea ce vedeți în imagine, îndoți foaia în așa mod încât să ascundeți cele notate și transmiteți imaginea colegului, care va scrie, la rândul său, sub pliu (dar nu pe pliu).
- După ce toți participanții au adnotat fiecare poză, desfaceți pliurile și afișați foile pe perete.
- Invitați participanții să viziteze expoziția improvizată. În cazul când nu dispuneți de mult timp, citiți în voce cele mai interesante observații, pentru a marca similitudinile și diferențele.
- Discutați percepțiile fiecărui participant în raport cu una și aceeași imagine.

Discuții:

- Ce impresie aveți despre textele descrise pe foi?
- Cum explicați diferențele de enunțuri pentru una și aceeași imagine?
- Care este originea acestor interpretări și percepții?
- Ce se întâmplă atunci când o situație din realitate este percepută și interpretată diferit?
- Care sunt riscurile interpretărilor diferite?

2. Activitate frontală *Filtrele percepției* (15 min.)

Lansați o discuție asupra diferitelor filtre de percepție. Demonstrați prin exemple concrete fiecare tip de filtru. (Fișa resursă 1)

3. Joc de rol *Cum să intervii ?* (25 min.)

Formați patru subgrupuri. Întrebați participanții dacă doresc să însceneze o situație reală, trăită de ei. Dacă nu doresc acest lucru, propuneți-le patru situații inspirate din experiențele lor de viață. Fiecare grup pregătește o situație (5 min.), apoi, pe rând, situația este jucată de două grupuri. Rugați observatorii să propună soluții.

Discuții după fiecare situație jucată:

- Cum ați ajuns la această soluție?
- Ce ați reușit să observați în această situație?
- Ce detalii nu ați observat?
- Faptul că nu ați observat unele detalii vă ajută sau nu în luarea de decizii?

4. Prezentare *O privire asupra intervenției* (20 min.)

- a) Prezentați cele trei etape necesare pentru o intervenție orientată și eficace: observarea, analiza, acțiunea. (Fișa resursă 2)
- b) Solicitați celorlalte două grupuri să prezinte situația. Rugați observatorii să respect cele trei etape, înainte de a lua decizii.

Discuții:

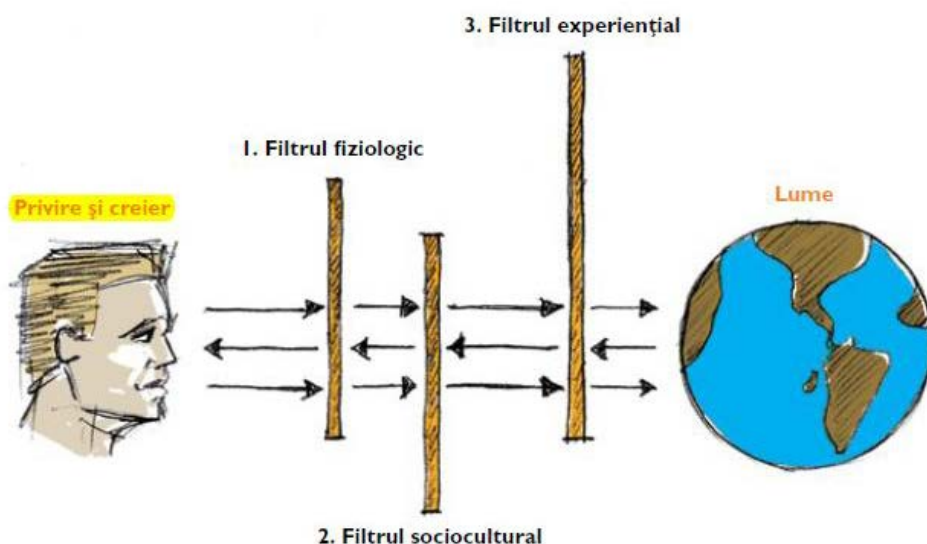
- Cum ați reușit să respectați cele trei etape necesare pentru o intervenție?
- Ce se întâmplă dacă una din etape lipsește?
- Cum vă poate ajuta cele învățate în activitatea cu elevii?
- Cum vă poate ajuta cele învățate în eficientizarea activităților incluzive?

FIȘA RESURSĂ 1

Filtrele percepției

Filtrele descrise mai jos sunt parte integrantă a fiecărei persoane. Acest fenomen este valabil pentru toți și, dacă nu este conștientizat, interpretările, presupunerile sau judecățile, făcute în mod automat, vor deforma esențial relația cu persoanele din jur. Dimpotrivă, dacă recunoaștem și conștientizăm că părerea personală este subiectivă și nu corespunde realității obiective, putem să gândim și să reacționăm, fără a ne baza pe propria experiență, emoții, dorințe sau fobii. Este ca și cum am purta ochelari roz, pe care-i putem scoate.

1. **Filtrul fiziologic** (sens și emoție). *Exemplu.* O persoană furioasă nu va putea reacționa adecvat într-o situație de conflict, deoarece este copleșită de emoții. O femeie slăbuță nu va rezista la un concert roc la fel ca un bărbat viguros etc.
2. **Filtrul sociocultural** (coduri de conduită, valori, genuri etc.). *Exemplu.* Într-o țară musulmană, o femeie care vorbește și râde tare, nu va fi bine văzută. Va fi chiar amenințată că nu se va mărita, dacă se va comporta astfel în continuare. Pentru un elvețian este inadmisibilă întârzierea trenului cu cinci minute. În aceeași situație, un francez va considera că trenul sosește la timp.
3. **Filtrul experiențial** (experiență de viață variată, vârstă). *Exemplu.* Dacă nu ai călătorit niciodată în China și nu știi că acolo este politicos să faci mare zgomot mâncând, pentru a vă manifesta satisfacția, veți putea fi șocați de asemenea practică. O persoană în etate nu are aceeași atitudine față de moarte ca și una tânără etc.

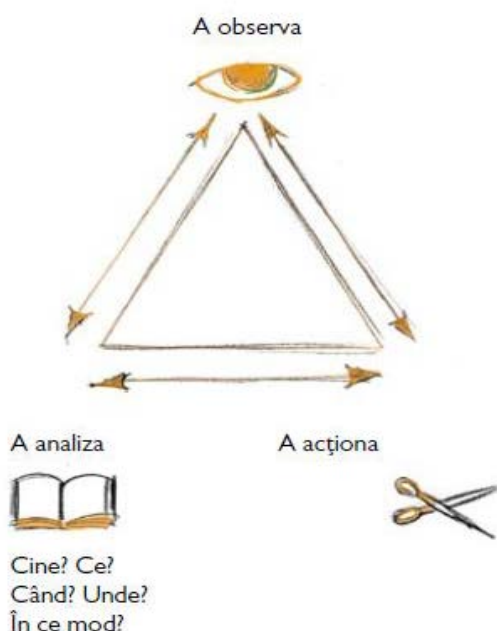


STRATEGII DE SUCCES	STRATEGII DE EȘEC
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Nu există reprezentare obiectivă. ✓ Eu văd viața, oamenii prin ochelari colorați (filtre). ✓ Ceea ce văd, reflectă ceea ce gândesc. ✓ Eu sunt sută la sută creatorul realității mele. ✓ Ceea ce este adevăr pentru mine, nu reprezintă același adevăr și pentru alții. ✓ Am tendința să cred că știu, deși, în realitate, nu știu suficient de bine. ✓ Pot avea o privire diferită asupra anturajului. ✓ Este mai ușor să-mi schimb percepția asupra altor persoane, decât să încerc să schimb aceste persoane. ✓ Este util să mă observ pe mine însumi. ✓ Calitatea gândurilor și convingerilor mele influențează calitatea vieții mele. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ceea ce văd eu, este adevăr pentru toți. ✓ Ceea ce știu eu, este adevăr pentru toți. ✓ Ceea ce simt eu, este adevăr pentru toți. ✓ Toată lumea gândește la fel ca mine. ✓ Lucrurile sunt exact așa, cum le văd eu. ✓ Dacă nu vezi lucrurile așa cum le văd eu, înseamnă că nu le vezi bine și n-ai dreptate. ✓ Lucrurile au fost orânduite pentru totdeauna într-un anumit fel și nu se mai poate schimba nimic.

FIȘA RESURSĂ 2

Privirea de intervenție

Baza activității fundației *Terre des hommes* o constituie intervenția. Este important să putem interveni în mod adecvat, ceea ce presupune: **observare**, **analiză** și **acțiune**. Aceste trei etape importante permit să analizăm cele mai diverse situații sau proiecte.



1. **Faza de observare** implică mai multe condiții: conștientizarea existenței propriilor filtre, obiectivitate maximă la etapa observării, confruntarea propriei percepții asupra realității nemijlocite cu percepția altor persoane.
2. **Faza de analiză** presupune adresarea unor întrebări diferitor persoane și păstrarea abordării factice, fără a face interpretări. În acest sens ne poate fi utilă o mică șmecherie - cei „5 W”: who (cine?), what (ce?), when (când?), where (unde?), how (în ce mod?). Nu vă grăbiți să puneți întrebarea *de ce?* Această întrebare, în loc să ofere fapte ce pot fi observate, implică interpretări și chiar necesitatea de a face explicații sau de a se justifica. Întrebarea *din ce motiv?* contribuie la păstrarea obiectivității.
3. **Faza de acțiune** presupune, în primul rând, consultarea altor persoane care văd lucrurile diferit și, deseori, posedă informații complementare. Este bine ca mijloacele utilizate să fie întotdeauna cunoscute și adaptate persoanelor și situației

Este foarte important să aplicăm aceste trei etape exact în ordinea anunțată, dacă dorim ca intervenția să fie orientată și eficientă. Iată ce se poate întâmpla, dacă una din etape lipsește:

EXEMPLU	
Dacă ne limităm doar la observare și acționăm, fără a analiza situația, riscăm să nimerim în capcana activismului și intervenția noastră nu va fi pe măsura necesităților.	Unele proiecte umanitare constată existența sărăciei într-o comunitate și acționează, fără a analiza situația și fără a consulta comunitatea respectivă.
Dacă analizăm și începem să acționăm, fără a observa inițial situația, riscăm să aplicăm modele ce nu pot fi adaptate la anumite situații.	Unii specialiști, în situații de urgență, propun soluții la distanță, aflându-se departe de teren. Din lipsa de cunoaștere a realității nemijlocite, acțiunile desfășurate vor fi, de cele mai multe ori, neadaptate situației respective.
Dacă observăm și analizăm lucrurile, fără a iniția și o acțiune, vom rămâne la nivelul modelelor teoretice, care nu vor fi niciodată utile oamenilor, cărora le sunt destinate.	Unii politicieni cheltuie mult timp elaborând soluții, care niciodată nu vor fi aplicate.

MODULUL 1.3. Stereotipuri, prejudecăți și discriminare

SCOP

Conștientizarea și depășirea stereotipurilor și prejudecăților care influențează eficiența intervențiilor cu beneficiarii.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să identifice stereotipuri și prejudecăți și să conștientizeze efectele acestora în viața cotidiană;
- să identifice caracteristicile situațiilor de generare a comportamentului stereotipizat;
- să explice mecanismul de creare a stereotipurilor;
- să cunoască în ce mod prejudecățile duc la discriminare, și apoi la excludere;
- să diferențieze tipurile de discriminare.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Fișe resursă
- Buline de diferite culori (roșu, galben, albastru, verde câte 4-5; negru -2; alb -1)

Atenție! Se va alege numărul de culori în funcție de numărul de participanți, astfel încât la formarea grupurilor pe culori, numărul de persoane în grupurile de bază să fie cel puțin de două ori mai mare decât 2.

SCENARIUL

1. Activitatea *Cine vine la cină* (25 min)

- Explicați participanților că acesta este un joc pe roluri, cu ajutorul căruia veți încerca să înțelegeți rolul familiei în transmiterea conceptelor despre persoane care aparțin altor grupuri sociale sau culturale.
- Rugați 4 voluntari să joace rolurile (Fișa resursă 1), iar alții 4 să fie observatori speciali. Restul membrilor sunt observatori generali. Observatorii speciali primesc foi și pixuri. Fiecare din ei are sarcina să urmărească unul din jucători și să noteze toate argumentele folosite de acesta. Jucătorii vor avea 2-3 min pentru a intra în rol.
- Pregătiți scena – se vor plasa 4 scaune în semicerc. Explicați participanților că aceasta este sufrageria unei case în care va avea loc o discuția în familie.
- În dependență de modul în care se va desfășura activitatea veți decide asupra duratei.

Discuții:

Întrebați pe rând actorii cum s-au simțit. Apoi rugați fiecare observator să prezinte pe rând argumentele folosite de fiecare din actori pentru a-i convinge pe ceilalți despre punctul lor de vedere.

Pentru toți participanții:

- Argumentele folosite au fost similar cu cele pe care le auziți în propriile voastre familii?
- Ar fi existat vreo diferență dacă, în loc să fie rom, iubitul unei fete ar fi fost de aceeași etnie ca și fata?
- Cum ar fi fost lucrurile dacă, un băiat ar fi fost cel ce-și aduce o iubită de etnie romă?

- Care sunt obstacolele în realizarea unui astfel de mariaj?
- Cum este caracterizată atitudinea noastră față de romi?
- Aceasta concepție reprezintă stereotip sau prejudecată?

2. Discuție și Presentare (10 min)

- Utilizând răspunsurile din activitatea anterioară și PPT, oferiți participanților definiția conceptelor *prejudecată* și *stereotip* și cum se formează acestea. (Fișa resursă 2)
- Întrebați participanții care sunt efectele negative ale stereotipurilor și prejudecăților, inclusiv etichetelor, asupra copiilor.
- Răspunsurile vor fi scrise pe flipchart și completate cu cele trecute în Fișa resursă 3.

3. Activitate *Excepția* (15 min)

- Lipiți câte o bulină pe fruntea fiecărui participant. Aceștea nu trebuie să știe ce culoare are bulina lor. Aveți grijă ca persoanele ce primesc bulinele negre și albă să nu fie dintre persoanele excluse, în realitate.
- Rugați participanții să formeze grupuri cu cei care au buline de aceeași culoare. Pentru securitatea grupului, supravegheați persoanele cu bulinele negre și albă.

Regula jocului: Nimeni nu are voie să vorbească. Nu e voie de scris. Folosiți gesturile dar fără a indica obiecte de culoarea respectivă.

Discuții:

- A fost greu sau ușor să vă găsiți grupul? De ce?
- Ce ați simțit când ați găsit pe cineva cu bulina de aceeași culoare ca și a voastră?
- Cum s-a simțit persoanele cu bulina neagră?
- Cum s-a simțit persoana cu bulina albă?
- A încercat cineva să-i ajute pe alții să-și găsească grupul?
- Ce v-a determinat să faceți acest gest?
- Prin ce se aseamănă și se deosebește această activitate de viața reală?
- Ați trăit vreodată în realitate sentimente asemănătoare cu cele trăite în timpul acestei activități?
- A sta deoparte este oare întotdeauna rezultatul excluderii? De ce?

4. Discuții și prezentare *Discriminare – criterii și forme* (40 min)

- Participanții sunt solicitați să exprime cuvinte ce se asociază cu conceptul „discriminare”. Se va formula definiția. Prezentare PPT. (Fișa resursă 4)
- Propuneți situații și solicitați participanții să determine este sau nu discriminare în situația prezentată. (Fișa resursă 6) Rugați să identifice criteriul de discriminare. Prezentare PPT. (Fișa resursă 4)
- Propuneți prezentarea formelor de discriminare și a excepțiilor de la discriminare. (Fișa resursă 5)
- Propuneți situații și solicitați participanții să determine forma de discriminare. (Fișa resursă 6)

Discuții:

- Ce grupuri sunt discriminate în societatea noastră?
- Cum se manifestă această discriminare?
- Există sau nu situații de discriminare în sistemul educațional, în școală în special?
- Ce forme de discriminare există în școală?

FIȘA RESURSĂ 1

FIICA

Ai decis să-ți înfrunți familia și să le spui că vrei să locuiești împreună cu iubitul tău, care este rom și vine dintr-o familie cultă. Băiatul este coleg de facultate. Într-o seară, la cină îți anunți familia despre decizia ta. Încearcă să-ți aperi decizia și să o argumentezi, adoptând o poziție de împotrivire contra prejudecăților asupra relațiilor dintre tineri, și mai ales, relațiile dintre tinerii de etnii diferite.

MAMA

Fiica ta are un iubit rom, cu care are o relație foarte apropiată. Îți iubești foarte mult fata, dar nu înțelegi cum a putut să-ți facă una ca aceasta. Pe de altă parte, îți sprijini soțul în tot ceea ce spune. Nu-ți ameninți fiica, mai degrabă îți pare rău de durerea ce ți-o provoacă. Te gândești că băiatul o va lua cu el și ea va suferi foarte mult.

FRATELE MAI MARE

Sora ta are un iubit rom, cu care are o relație foarte strânsă. În principiu, nu-ți pasă dacă sora ta iese cu un băiat rom și, de fapt, tu aperi dreptul ca oamenii să fie liberi în relațiile lor. Cu toate acestea, când mama ta spune că este probabil ca tânărul să ia sora cu el în familia lui, începi să te gândești că o poate folosi. Îți arăți îngrijorarea și vrei să-ți protejezi sora.

TATĂL

Fiica ta are un iubit rom, cu care are o relație foarte apropiată. Reprezinți autoritatea familială și nu aprobi relația fiicei tale. Moralitatea este o valoare pentru tine și îți pasă mult despre ce vor spune oamenii. Accepti diversitatea interculturală, dar căsătoria fiicei tale cu un rom este ceva diferit. Gândește ca un tată sever și argumentează așa cum ar face el.

FIȘA RESURSĂ 2

Cum sunt definite stereotipurile și prejudecățile?

A. *Prejudecata* este atitudinea negativă față de membrii acestui grup și rezultă din caracteristicile negative atribuite acestui grup (ex. *sunt desconsiderați fiindcă sunt leneși și needucați sau sunt disprețuiți fiindcă sunt agresivi*);

Prejudecata reprezintă o judecată care nu este produsul minții noastre, care nu are o justificare rațională și care, de obicei, este eronată. Prejudecata se constituie la nivelul simțului comun. Ea este asimilată în procesul de socializare, de însușire a normelor, valorilor, modelelor de gândire și de comportament proprii grupurilor. De cele mai multe ori prejudecata devine o etichetă pe care o aplicăm unui grup fără a lua în considerare realitatea.

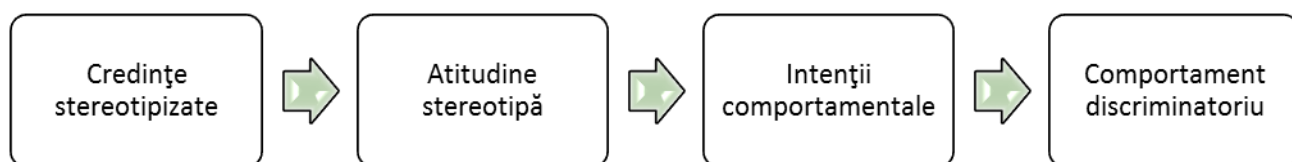
B. *Stereotipul* se referă la o caracteristică, pozitivă sau negativă, specifică sau atribuită unui grup de persoane (ex. *harnici – leneși, educați – needucați*);

Stereotipul este fixat în imagini șablonizate, clișee din mintea noastră, preconcepute în sensul că nu se bazează pe observarea directă, proaspătă a fenomenelor ci pe moduri de gândire apriorice, arbitrare, fără legătură cu indivizii sau grupurile sociale evaluate. Stereotipurile sunt necesare pentru a numi, a clasifica și a da astfel sens lumii în care trăim.

Stereotipul este antipatia bazată pe o generalizare greșită și inflexibilă. Antipatia poate fi simțită sau poate fi exprimată, poate fi direcționată către un grup ca întreg sau către un individ, deoarece este membru al aceluși grup.

Stereotipul este o atitudine aversivă sau ostilă față de o persoană care aparține unui grup, doar pentru că aparține aceluși grup și se crede că are caracteristicile intolerabile ale grupului.

Un model unidimensional despre cum funcționează stereotipul este propus de J. Duckitt:



Cum se formează stereotipurile și la ce folosesc?

La baza formării stereotipurilor stă *mecanismul comparării cu „ceilalți”* (membri ai altor grupuri sociale). Compararea socială este procesul prin care ne evaluăm propriile însușiri fizice și psihice, abilitățile, conduitele și performanțele prin raportarea la ceilalți oameni. Au fost identificate trei situații de comparare socială:

- *comparație socială de egalitate* – comparația cu cei care ne sînt egali după anumite însușiri și abilități;
- *comparație socială de superioritate* – în acest caz, comparația se face cu oameni de succes, care sînt luați drept modele demne de urmat;
- *comparație socială de inferioritate* – oamenii le place să caute și să utilizeze informații care să-i avantajeze în evaluarea de sine, să-i pună într-o lumină favorabilă; mijlocul cel mai la îndemână este de a se compara cu cei care au realizări mai modeste sau o situație materială mai precară.

FIȘA RESURSĂ 3

Efectele etichetării

Efectele negative (imediate și de durată) specifice fenomenului etichetării copiilor de către adulți (Băban & Mih, 2001):

- *întăresc comportamentele dezadaptative* - dacă unui copil i se atașează frecvent o etichetă, ajunge să se comporte conform acelei etichete (de pildă, dacă unui copil i se spune în mod recurent că este timid, va ajunge să creadă că este o persoană timidă și se va comporta în consecință);
- *atribuie anumite roluri* - aceste roluri puțin măgulitoare diminuează șansele de inițiere a unui dialog constructiv, și totodată de menținere a unui contact interpersonal consistent cu persoana "închisă într-un rol". Astfel, copilul cărui i se dă rolul "victimă clasei" se identifică cu rolul, și-l asumă și se va comporta corespunzător rolului.
- *reduc atât șansele de dezvoltare personală cât și motivația de schimbare* – dacă copilului X i se repetă că nu are nicio șansă de recuperare, el nu va face eforturi de schimbare;
- *Legea profeției care se adevărește (self-fulfilling prophecy)*: rezultatul unei situații este adesea afectat de așteptările noastre.

FIȘA RESURSĂ 4

Discriminarea – definiție și criterii

Discriminarea ne poate afecta pe fiecare dintre noi la un moment dat. Bărbați-femei, majoritari-minoritari, cetățeni-necetățeni etc, toți putem fi identificați și categorisiți la un moment dat printr-o caracteristică a noastră. Aceasta poate duce, în anumite situații, la punerea noastră în mod nejustificat într-o situație dezavantajată în comparație cu alții.

Discriminarea (df.) este acțiunea prin care unele persoane sunt tratate diferit sau lipsite de anumite drepturi în mod nejustificat, pe baza unor considerente neîntemeiate.

Discriminarea este orice deosebire, excludere, restricție ori preferință în drepturi și libertăți a persoanei sau a unui grup de persoane, precum și susținerea comportamentului discriminatoriu bazat pe criteriile reale, stipulate de prezenta lege sau pe criterii presupuse. (Legea nr. 121 din 25.05.2012 cu privire la asigurarea egalității (art.2)

Pentru a constata existența unei fapte de discriminare este nevoie să se îndeplinească în mod cumulativ următoarele condiții:

- (1) *Tratament diferit aplicat unei/unor persoane în comparație cu altă persoană / alte persoane (grup de persoane).*

Tratamentul discriminatoriu poate însemna tratamentul diferit al unei persoane / unui grup de persoane care se află în situații diferite (de exemplu, angajarea persoanei tinere, deși persoana mai în vârstă este mai calificată) sau tratamentul similar al unor persoane care se află în situații diferite.

Tratamentul diferit sau comportamentul prin care poate fi discriminată o persoană poate fi exprimat prin unul sau mai multe tipuri de acțiuni:

- ✓ Deosebirea
- ✓ Excluderea
- ✓ Restricția
- ✓ Preferință

(2) *Tratamentul diferit este aplicat persoanei din cauza că are sau este presupusă a avea o caracteristică specifică, adică unul din criteriile protejate de lege.*

Criteriile protejate de lege: rasă, culoare, naționalitate, origine etnică, limbă, religie sau convingeri, sex, vârstă, dizabilitate, opinie, apartenență politică, orientarea sexuală sau orice alt criteriu similar (art. 1 alin. (1) și art. 7 alin. (1) ale Legii cu privire la asigurarea egalității).

(3) *Privind un drept prevăzut de lege – pentru a reprezenta o faptă de discriminare, tratamentul diferit trebuie să se refere întotdeauna la recunoașterea sau exercitarea unui drept sau interes legitim al persoanei care se consideră victimă a discriminării.*

(4) *Fără a exista o justificare rezonabilă într-o societate democratică pentru tratamentul diferit.*

Nu orice situație de tratament diferit poate fi calificată ca discriminare, dacă pentru acest tratament/comportament există o justificare rezonabilă într-o societate democratică.

De exemplu: Stabilirea salariilor diferite pentru diferiți angajați din sectorul public este justificată prin responsabilitățile și specificul diferitor funcții

Atenție!

Dacă nu se poate indica un criteriu de discriminare, situația nu constituie discriminare!

Nu este necesar ca persoana expusă discriminării să fie caracterizată în realitate de criteriul respectiv; este suficient ca făptuitorul să creadă acest lucru.

Nu este nevoie ca fapta de discriminare să fie săvârșită cu intenție; este suficient ca efectul să fie discriminatoriu pentru persoana expusă discriminării.

FIȘA RESURSĂ 5

Forme de discriminare

- ✓ *Discriminarea directă* – tratarea mai puțin favorabilă a unei persoane față de alte persoane pe baza unei caracteristici protejate care o caracterizează, diferențiere care aduce atingere exercițiului unui drept sau interes legitim.

De exemplu: proprietarul unui hotel refuză să ofere o cameră unui cuplu format din persoane de același sex, pe motiv că nu corespunde cu principiile sale religioase.

- ✓ *Discriminarea indirectă* – aplicarea unor reguli sau a unor practici tuturor fără deosebire, dar care, atunci când sunt puse în aplicare, dezavantajează persoana sau grupul caracterizat printr-un criteriu protejat.

De exemplu: anunțul de angajare în funcția de contabil-șef, cu condiția de a avea cel puțin 10 ani de experiență neîntreruptă, poate dezavantaja femeile care aleg să meargă în concediu de maternitate și de îngrijire a copilului.

- ✓ *Discriminarea prin asociere* – tratarea mai puțin favorabilă a unei persoane față de alte persoane pe baza unei caracteristici protejate care aparține cuiva cu care este asociată aceasta, cum ar fi un membru al familiei, un prieten sau coleg.

De exemplu: părintele unui copil cu dizabilitate nu este promovată, deoarece angajatorul consideră că acesta nu va face față noii funcții, având în vedere timpul pe care îl acordă copilului.

- ✓ *Instigarea la discriminare* – încurajarea sau ordinul de a discrimina pe cineva care vine de regulă din partea unei persoane care se află într-o poziție de putere (inclusiv formator de opinie), indiferent dacă discriminarea a avut loc sau nu.

De exemplu: în cadrul unei emisiuni TV, un analist politic face o remarcă ofensatoare referitoare la femeile candidate la alegeri, lăsând să se înțeleagă că acestea nu ar trebui să facă politică din cauza sexului feminin și că alegătorii nu ar trebui să le voteze.

- ✓ *Hărțuirea* – un tratament umilitor exercitat asupra persoanei pentru că aceasta este identificată cu un anumit criteriu. Hărțuirea este o formă gravă de discriminare.

De exemplu: O elevă care are o dizabilitate mintală este în mod constant umilită, denigrată și amenințată în legătură cu dizabilitatea sa de către colegii de școală, la ieșirea de la ore.

- ✓ *Victimizarea* – tratarea injustă a cuiva pentru că s-a plâns de discriminare sau a participat în calitate de martor într-un caz de discriminare.

De exemplu: Profesorul a început să scadă notele unui copil rom după ce acesta s-a plâns la administrația școlii că a fost discriminat de acel profesor.

Excepții:

- ✓ *Acomodare rezonabilă* este "orice modificare sau adaptare necesară și adecvată, într-un caz particular, care nu impune o sarcină disproporționată sau nejustificată atunci când este nevoie pentru a asigura unei persoane, în cazurile stabilite de lege, exercitarea drepturilor și libertăților fundamentale în condiții de egalitate cu ceilalți." (Legea 121, art. 2)

De exemplu: Instituția de învățământ schimbă sala de curs de la etajul 5 la parter pentru un student cu dizabilități fizice care se deplasează în cărucior.

- ✓ *Acțiuni pozitive sau măsuri afirmative* – acțiuni speciale provizorii luate de autoritățile publice în favoarea unei persoane, unui grup de persoane sau a unei comunități, care au drept scop crearea condițiilor echitabile de start pentru oameni din grupuri dezavantajate în vederea egalării oportunităților lor de dezvoltare în raport cu celelalte persoane, grupuri de persoane sau comunități.

De exemplu: crearea unor locuri speciale pentru copiii romi în învățământul liceal, profesional sau superior.

- ✓ *Cerință profesională esențială și determinantă* – această excepție permite unui angajator să discrimineze în baza unuiia dintre motivele protejate atunci când selectează o persoană pentru un post special care, din cauza naturii muncii sau a contextului în care se desfășoară, este o cerință profesională esențială și determinantă ca persoana să aibă o caracteristică legată de acest motiv, cu condiția ca obiectivul să fie legitim și cerința este proporțională.

De exemplu: Impunerea condiției cunoașterii limbii engleze pentru angajarea unei persoane într-o organizație din Republica Moldova care lucrează cu parteneri în limba engleză.

FIȘA RESURSA 6

Situații:

- Interzicerea accesului într-un loc public a unui grup de persoane de etnie romă.
- persoană de etnie romă care este internată în spital într-un salon separate de ceilalți pacienți.
- Refuzul unui medic stomatolog de a trata o persoană infectată cu HIV.
- persoană pleacă de la masă întrucât unul din comeseni este homosexual.
- persoană care nu cedează în autobuzul local unei femei însărcinate.
- persoană este data afară de la muncă, întrucât întârzie repetat la serviciu.
- Într-un anunț de angajare este menționat următorul lucru: „Vor fi acceptate doar persoanele de naționalitate română”.
- Directorul Societății Bancare X. emite un ordin de disponibilizare a angajatului Y cu următorul conținut: „Întrucât ați împlinit vârsta de 52 de ani și nu corespundeți politicii de întinerire a angajaților Băncii, vă anunțăm că sunteți disponibilizat cu data de 1 mai 2015.”
- Un anunț afișat pe ușa unui magazin universal: „Interzis intrarea persoanelor cu fuste lungi și capuri acoperite.”
- Asociația XYZ de confesiune adventistă primește refuz de la autoritatea publică de a participa la concurs deschis pentru finanțare din fondurile publice pe motiv că asociația reprezintă interesele unei comunități religioase minoritare.
- Anunțul pentru angajarea pe postul de femeie de serviciu este condiționat de prezentarea unei diplome de bacalaureat.
- persoană este data afară de la serviciu pentru că este de etnie romă.

- Copiii romi nu sunt acceptați la școala din centrul localității, ci doar la cea din cartierul lor, în care învățământul este de o calitate mai slabă.
- Ofertă specială de Ziua Îndrăgostiților disponibilă doar pentru cuplurile de sex opus.
- Angajarea unui vorbitor nativ de limbă rusă pentru un post de vânzător la magazin în detrimentul celor care cunosc limba rusă ca a doua limbă, deși au același nivel de fluentă.
- Stabilirea salariilor diferite pentru diferiți angajați din sectorul public este justificată prin responsabilitățile și specificul diferitor funcții.

Surse bibliografice

1. Iustina Ionescu, Nadejda Hriptievschi, Sorina Macrinici, Romanița Iordache, Discriminarea – cum să o recunoaștem și cum să ne protejăm împotriva ei? Ghid. CRJM, Chișinău, 2016
2. Eugenis Ghiță, Alina Negraru, Stereotipuri, prejudecăți și discriminare etnică: Perspectiva romilor – studiu realizat de TOTEM Communication pentru Romani CRISS, București, 2011. <http://www.romanicriss.org/>
3. Legea Republicii Moldova cu privire la asigurarea egalității. Nr.121 din 25.05.2012. Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 29.05.2012, nr.103/355

MODULUL 1.4. Politica de protecție a copilului

SCOP

Consolidarea cunoștințelor profesioniștilor cu privire la politica de protecție a copilului în Republica Moldova.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să explice politica de protecție a copilului, cadrul legal național și internațional;
- să determine rolul specialiștilor cu atribuții în protecția copilului;
- să mobilizeze actorii în asistența copiilor victime sau potențiale victime a violenței, neglijării, exploatării și traficului;
- să explice politica Tdh de protecție a copilului.

DURATA 90 min

MESAJUL CHEIE

Responsabilitatea privind protecția copilului îi revine adultului, copiii trebuie să fie informați, dar ei nu duc vina pentru ce li se întâmplă.

MATERIALE NECESARE

- fișe resursă;
- foi flipchart, markere;
- baloane, ață;
- Filmul „Politica de protecție a copilului” din cadrul Curs de lecții video: Aspecte generale privind protecția copilului. <https://www.youtube.com/watch?v=Bo9eol36fpw>

SCENARIUL

1. Activitate de grup *Exercițiu Protecția copilului (25 min)*

Formați 4 grupuri. Aduceți la cunoștința participanților instrucțiunile în afara auditoriului.

Fiecare grup va primi individual instrucțiuni

Grupul I: treceți în auditoriu, pe masă sunt baloane și ață, umflați câte un balon și legați-l de picior (partea de jos a piciorului). În auditoriu să nu vorbiți cu nimeni;

Grupul II: la comanda „Start!”, fără să folosiți obiecte ascuțite, spargeți baloanele. Când intrați în auditoriu, să nu vorbiți cu nimeni;

Grupul III: la comanda „Start!”, protejați baloanele de spargere. Când intrați în auditoriu, să nu vorbiți cu nimeni;

Grupul IV: înregistrați reacțiile participanților după comanda „Start!”. Când intrați în auditoriu, să nu vorbiți cu nimeni.

Notă: dați instrucțiunile fiecărui grup în parte. Odată ce își cunosc sarcinile, se dă startul jocului (15 min.).

Recomandări

În procesul de formare a grupurilor în caz că numărul participanților nu este egal, încadrați numărul mai mare de participanți în grupul I și II.

Discuții

- Cum v-ați simțit, cei cu baloanele?
- Cum v-ați simțit, protectorilor?
- Cum v-ați simțit să spargeți baloanele?
- Dar observatorii, ce ați sesizat?
- Cum credeți, care este mesajul jocului?
- Ce reprezintă fiecare grup? (copiii – cei cu baloane, adulții – cei care protejau, agresorii – cei care spărgeau baloanele, observatorii – cei care văd, dar nu intervin).
- Ce ar putea face fiecare grup în parte, pentru a evita spargerea baloanelor?

2. Brainstorming Drepturile copiilor (15 min)

Solicitați participanții să enumere drepturile copiilor. Înregistrați răspunsurile pe foaie flipchart.

Pentru suport informativ puteți utiliza fișa resursă 1.

Discuții

- Cum credeți care drept este dificil de asigurat, de ce?
- După părerea Dvs. ce strategie trebuie să luăm când sesizăm nerespectarea unui drept?
- Cum credeți care sunt piedicile în asigurarea drepturilor copilului?
- Numiți categoriile de copii, drepturile cărora sunt minim asigurate sau deloc.

3. Activitate frontală Politică de protecție a copilului (25 min)

a) Facilitați schimbul de opinii între participanți cu privire la politica de protecție a copilului și elementele acesteia. (Fișa resursă 2)

b) Puteți utiliza următoarele întrebări pentru precizare:

- Cum credeți care este legătura dintre asigurarea drepturilor copiilor și politica de protecție?
- Ce înseamnă politica de protecție a copilului?
- Care sunt prioritățile acesteia?
- Ce acte normative internaționale și naționale pentru realizarea politicii în domeniul protecției copilului cunoașteți?

c) Identificați autoritățile publice implicate și nivelul lor de localizare. (Fișa resursă 3)

Stimulați participanții la discuție:

- Care sunt autoritățile publice implicate în politica de protecție a copilului?
- Care este localizare Dvs. în acest sistem?
- Care sunt obligațiile specialiștilor cu atribuții în domeniul protecției copilului?
- Care din aceste obligațiuni se regăsesc în legea 140 privind protecția specială a copiilor aflați în situație de risc?

Recomandări:

Activitatea poate fi realizată prin metoda vizionare ghidată a filmulețului „Politica de protecție a copilului”.

4. Activitate în grupuri Cooperare intersectorială (25 min)

a) Comunicați participanților că veți discuta despre necesitatea cooperării cu instituțiile din domeniul protecției copilului. (Fișa resursă 4)

b) Repartizați participanții în 5 grupuri. Fiecare echipă va primi câte o foaie flipchart cu indicarea unei instituții implicate în domeniul protecției copilului. Rugați participanții să

enumere acțiunile ce pot fi realizate în cooperare cu această instituție, în cazul copiilor și familiilor de etnie romă.

c) Prezentarea echipelor.

Discuții:

- Cum v-a părut activitatea?
- De ce credeți că este importantă cooperarea intersectorială?
- Care este rolul echipei multidisciplinare în domeniul protecției copilului?
- Cum poate fi stabilită o interacțiune constructivă cu aceste instituții?
- Care metode sunt mai eficiente?
- Care ar fi așteptările acestei cooperări intersectoriale?

FIȘA RESURSĂ 1

Drepturile copiilor

Convenția cu privire la drepturile copiilor are 42 de articole care se referă strict la drepturile copilului. Aceste articole sunt clasificate în:

- ✓ drepturi de protecție
- ✓ drepturi de dezvoltare
- ✓ drepturi de participare

Art. 2

Drepturile tuturor copiilor trebuie respectate, indiferent de rasa, etnia sau naționalitatea fiecăruia, de culoarea pielii, de limba vorbită, de religia practică, indiferent dacă sunt fete sau băieți. Copiii trebuie să fie protejați împotriva oricărei forme de discriminare.

Art. 6

Orice copil are dreptul la viață, supraviețuire și dezvoltare.

Art. 7, 8

Orice copil are dreptul la un nume, la o naționalitate, are dreptul, în măsura posibilului, să-și cunoască părinții și să fie îngrijit de aceștia.

Art. 12, 13, 14, 15

Copilul capabil de discernământ are dreptul de a-și exprima liber opinia asupra oricărei probleme care îl privește. Copiii au dreptul de a se informa, de a fi ascultați.

Orice copil are dreptul la libertatea de a gândi, de a avea o religie, de a participa la întruniri pașnice care nu încalcă drepturile celorlalți.

Art. 24

Copiilor trebuie să li se asigure condiții pentru a se bucura de cea mai bună stare de sănătate posibilă și de a beneficia de servicii medicale și de recuperare. Părinții lor vor fi informați despre avantajele alăptării, ale igienei și curățeniei mediului înconjurător, despre modalitățile de prevenire a accidentelor și a practicilor dăunătoare sănătății copiilor.

Art. 28, 29

Copiii au dreptul la o educație de calitate care să le asigure egalitatea de șanse și dezvoltarea personalității lor. Ei au dreptul la învățământ primar obligatoriu și gratuit, la asigurarea accesului la liceu și facultate, la servicii de informare și orientare școlară și profesională.

Art. 30

Copilul care are altă etnie, religie, vorbește altă limbă decât majoritatea are dreptul la viață culturală proprie, are dreptul să își declare apartenența religioasă și să practice propria religie. Are, de asemenea, dreptul de a folosi limba proprie.

Art. 19, 34, 36, 37, 39

Copiii trebuie protejați împotriva oricăror forme de exploatare, împotriva violenței, abuzului, abandonului și a altor tratamente dăunătoare.

FIȘA RESURSĂ 2

Sistemul de protecție a copilului reprezintă principiile, procedurile, instituțiile, cadrul normativ-juridic, specialiștii, metodele și tehnicile orientate spre promovarea și protecția drepturilor copilului.

Protecția copilului este strâns legată de toate aspectele care privesc bunăstarea lui, și anume: siguranță, sănătate, îngrijire, educație, incluziune.

În centru, tot timpul, este copilul.

Un Sistem de protecție a copilului include:

- **Sistemul protecției sociale**

Asigura protecția copiilor și sprijinul familiilor acestora aflați în dificultate, care nu pot să realizeze prin efort propriu condițiile normale, minime de viață pentru creșterea și educarea copilului.

- **Sistemul educației**

Satisface necesitățile educaționale ale copilului, dezvoltarea capacităților copilului, promovarea spiritului de toleranță, a nediscriminării și incluziunii sociale.

- **Sistemul sănătății**

Asigură accesul echitabil copiilor la servicii de sănătate de calitate, susține și promovează intervențiile de prevenție, protecție, promovare a sănătății și oferă posibilități de alegere a unui mod de viață sănătos.

- **Sistemul poliției**

Apără drepturile copilului prin activități de: prevenire a infracțiunilor și contravențiilor; investigare a infracțiunilor și contravențiilor, urmărirea penală; menținerea, asigurarea și restabilirea ordinii și securității publice, protecția drepturilor copilului și comunității; asigurarea înfăptuirii justiției.

- **Sistemul justiției**

Contribuie la menținerea stabilității și calității cadrului normativ, la armonizarea acestuia cu standardele internaționale, respectarea legii.



FIȘA RESURSĂ 3

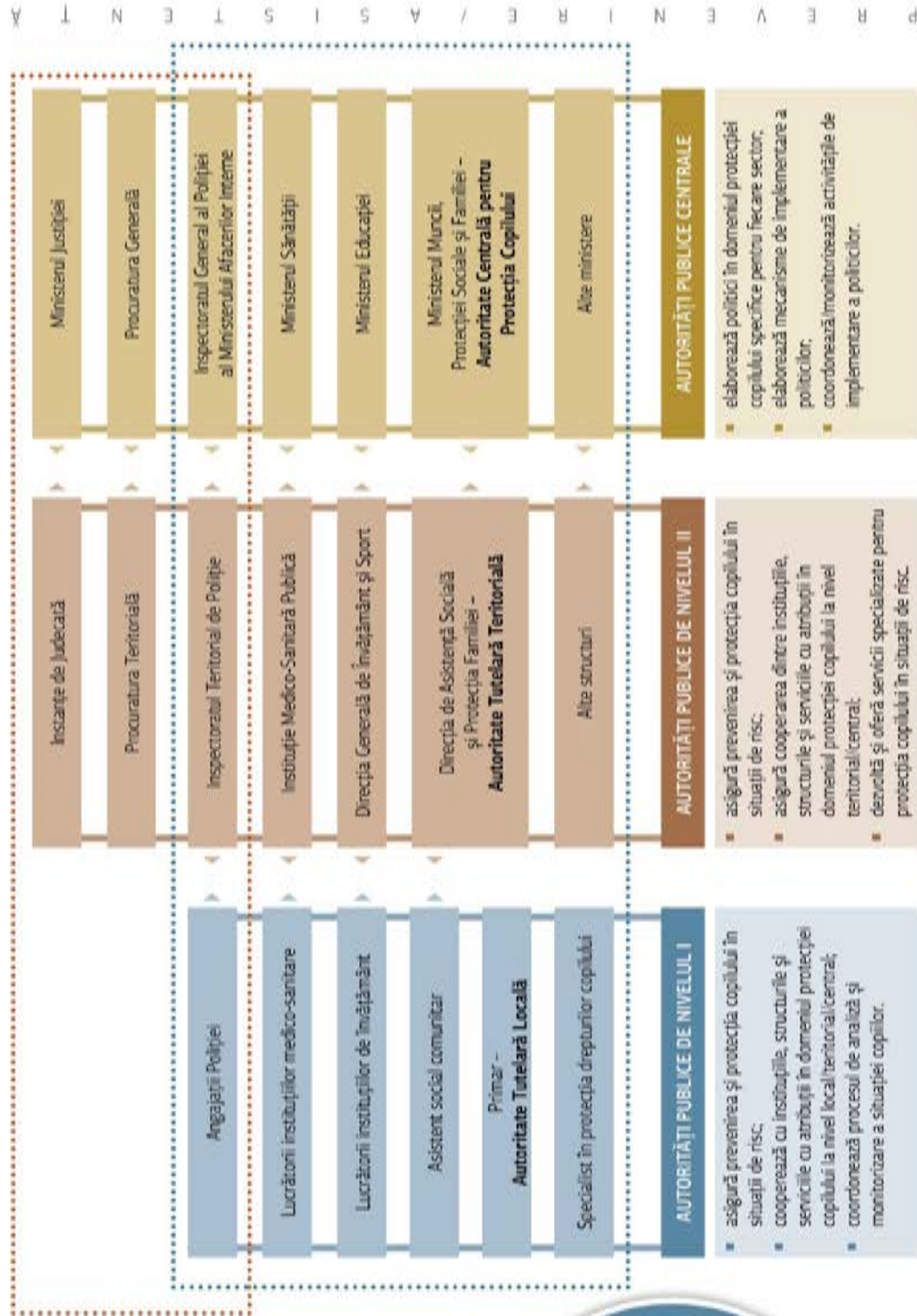
Structura sistemului de protecție a copilului în Republica Moldova.

Din schema de pe pagina următoare se observă :

- Pe de o parte, este copilul cu propriile sale gânduri, valori, dorințe, convingeri, emoții, sentimente, care interacționează direct și indirect cu diferite persoane și grupuri.
- Pe de altă parte, este Sistemul de Protecție a Copilului structurat pe 3 nivele:
 1. Autorități Publice Centrale
 2. Autorități Publice de nivelul II
 3. Autorități Publice de nivelul I
- În cadrul fiecărui nivel sunt incluse mai multe instituții.
 - ✓ Autoritatea Centrală pentru Protecția Copilului este Ministerul Muncii Protecției Sociale și Familiei.
 - ✓ La nivelul II Autoritatea Tutelară Teritorială este Direcția de Asistență Socială și Protecție a Familiei.
 - ✓ Și la nivelul I Primarul este Autoritatea Tutelară Locală.

Menționăm, că la toate nivelele sunt implicate și Organizații Non-guvernamentale. În vederea asigurării protecției copilului, instituțiile la diferite nivele sunt obligate să coopereze atât pe vertical cât și orizontal.

CE REPREZINTA SISTEMUL DE PROTECȚIE Ă COPILULUI ÎN REPUBLICA MOLDOVA?



Organizații Non-Guvernamentale

Sistemul de Justiție

Sistemul Social

FIȘA RESURSĂ 4

Cooperarea intersectorială în protecția copilului

Un sistem de protecție a copilului nu ar putea funcționa eficient fără echipa de specialiști în protecția copilului. Fiecare grup de specialiști au atribuțiile sale în protecția copilului.

- ✓ **Primarul**, în calitate de Autoritate tutelară locală, își exercită atribuțiile direct sau prin intermediul specialistului pentru protecția drepturilor copilului, angajat în cadrul primăriei. Primarul va coordona și va asigura întreg proces de analiză, monitorizare și intervenție în cazurile copiilor aflați în situații de risc. Orice sesizare privind încălcarea drepturilor copilului sau existența unui pericol iminent pentru viața și sănătatea acestuia, primarul este obligat să o înregistreze și să asigure intervenția cazului.
- ✓ **Asistentul social comunitar sau Specialistul în protecția drepturilor copilului** are responsabilitatea, în primul rând, de a analiza și monitoriza copiii în situații de risc. În acest sens, asistentul social comunitar, însuși identifică copiii aflați în dificultate, totodată, recepționează sesizările de la alți specialiști despre situațiile de încălcare a drepturilor copiilor. În orice caz, specialistul va elabora documentația pentru stabilirea măsurilor speciale de protecție a copiilor și va susține aceste măsuri în fața organelor competente.

Un asistent social comunitar trebuie să implice specialiștii de la nivelul teritorial în asistența copiilor aflați în situații de risc, totodată să coopereze cu ONG-urile de profil și organizații de caritate, pentru a găsi soluții optime în cazurile copiilor.

- ✓ În cazul în care există pericol iminent pentru viața sau sănătatea copilului, responsabilitatea **Lucrătorului instituției medicale este de a** investiga starea sănătății, leziunile corporale. La necesitate va informa și solicita serviciul de asistență medicală de urgență. În cazurile de abuz, neglijare sau trafic lucrătorul medical va solicita efectuarea examinării medico-legale sau după caz, examinarea psihiatrico-legală.
- ✓ De la vârsta preșcolară până la majorat copiii se află în instituția de învățământ cea mai mare parte a zilei. **Lucrătorul instituției de învățământ**, prin cooperare cu alți specialiști, asigură asistența copiilor aflați în situații de risc. Orice cadru didactic este obligat să facă sesizări privind cazurile de abuz, neglijare sau exploatare a copiilor. La necesitate va referi cazurile către alte instituții. Este de datoria cadrului didactic de a monitoriza situația copilului prin diverse acțiuni în cadrul instituției și în afara acesteia, cum ar fi: discuții individuale cu copilul și părinții, implicarea copilului în activități școlare și extrașcolare, prin vizite la domiciliu.
- ✓ Pentru asigurarea protecției copiilor **Angajatul Poliției**, similar celorlalți specialiști, monitorizează situația copilului și familiei acestuia în vederea prevenirii situațiilor repetate de violență, neglijare, exploatare și trafic până la soluționarea definitivă a cazului. Angajatul poliției este responsabil să asigure protecția victimelor violenței în familie și să supravegheze executarea ordonanței de protecție. La fel, va asigura participarea unui pedagog/ psiholog/psihopedagog la procedurile legale de audiere, expertize în care este implicat copilul.

Specialiștii sus-numiți sunt implicați, inclusiv, în activități de prevenire, care pot fi desfășurate în oricare mediu al localității și prin diverse mijloace. Discuțiile la domiciliu, cele individuale și de grup pe subiecte ce țin de dezvoltarea copiilor, educația copiilor, relațiile părinți-copii, stil

de viață sănătos, respectarea regulilor de conduită, respectarea drepturilor copiilor, și multe altele pot fi realizate de fiecare specialist în parte, dar și în sesiuni comune

A oferi protecție copilului și familiei lui de către un singur specialist în cadrul unei instituții este foarte greu de realizat, deoarece pericolul unei intervenții incorecte este mai mare atunci când se lucrează în baza observațiilor făcute dintr-un singur punct de vedere.

Astfel, un grup de specialiști cu atribuții în protecția copilului formează **o echipă multidisciplinară**. Scopul cooperării membrilor echipei multidisciplinare este de a preveni și soluționa cazurile copiilor victime, copiilor bănuți de săvârșirea unor infracțiuni/contravenții.

Echipa multidisciplinară este convocată de *managerul de caz*, care este specialistul în protecția drepturilor copilului din cadrul primăriei, iar în lipsa acestuia asistentul social comunitar.

Membrii echipei pot fi: primarul, asistentul social comunitar, medicul, profesorul, ofițerul de sector.

CAPITOLUL II. INSTRUIREA ADULȚILOR

MODULUL 2.1. Învățarea experiențială și specificul învățării la adulți

SCOP

Consolidarea cunoștințelor profesioniștilor cu privire la învățarea experiențială și specificul învățării la adulți.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să explice semnificația învățării experiențiale;
- să descrie etapele învățării experiențiale;
- să diferențiere învățarea la copii și adulți;
- să determine elementele specifice de învățare la adulți;
- să identifice stilul de învățare la copii și adulți;
- să identifice nivelul de progres la care se află în procesul de învățare.

DURATA 150 min

MATERIALE NECESARE

- coli flipchart, markere
- Fișa resursă 2.1
- Fișa resursă 2.2
- Fișa resursă 5

SCENARIUL

1. Brainstorming (10 min)

- Întrebați inițial participanții ce semnifică pentru ei „a învăța”. Ce semnifică pentru ei „experiență”. Ce legătură există între „a învăța” și „experiență”. Din punctul dvs de vedere care este modalitatea cea mai reușită pentru „a învăța”?
- Continuați cu subiectul „cum învață adulții, prin ce metode”. Întrebați participanții care este metoda cea mai potrivită pentru ei de a învăța ceva nou.

2. Activitatea de grup *Specificul învățării la adulți* (30 min)

Formați patru echipe. Oferiți echipelor câte o coală flipchart, care va fi atașată pe tablă. Solicitați participanților ca fiecare membru din echipe să se apropie pe rând de flipchart și să noteze câte un răspuns la întrebarea:

- | | |
|--|---------------------------------------|
| 1 echipă – „Cum învață copiii preșcolari”. | 3 echipă – „Cum învață adolescenții”. |
| 2 echipă – „Cum învață școlarii mici”. | 4 echipă – „Cum învață adulții”. |

Regula: o persoană – un răspuns. Timpul va fi cronometrat – 5 minute.

Generalizați răspunsurile. Acordați atenție și explicație caracteristicilor învățării la adulți. (Fișa resursă 1)

3. Activitate de grup Instruire tradițională vs Instruire interactivă (25 min)

Participanții sunt repartizați în 4-5 grupuri (max câte 5 persoane în grup). Fiecare grup primește o listă de afirmații ce reprezintă caracteristici ale tipurilor de instruire. Sarcina constă în identificarea tipului de instruire – tradițional (T) sau Interactiv (I). (Fișa resursă 2.1) Participanții verifică corectitudinea răspunsurilor. (Fișa resursă 2.2)

Discuții:

- Cum v-ași simțit în timpul activității?
- La care din afirmații ați găsit ușor răspunsuri?
- La care din afirmații ați zăbovit mai mult?
- Ce v-a ajutat să alegeți răspunsul?
- Cum a fost să lucrați în grup?
- Ce ați descoperit despre sine în procesul lucrului?
- Ce nou ați aflat în acest exercițiu?
- La ce vă folosește ceea ce ați discutat și ați aflat din activitate?
- Ce ați învățat din acest exercițiu?
- Cum, unde și cui puteți aplica cele învățate din activitate?

4. Discuții și prezentare *Învățarea experiențială* (25 min)

- a) Discutați cu participanții despre învățarea experiențială, provocându-i singur să deducă semnificația și etapele învățării experiențiale.
- b) Inițiați discuția prin a menționa:
- c) Să admitem că activitatea precedentă a fost o situație de învățare. Ați trecut prin anumite etape în procesul de învățare sau a fost un proces format dintr-o sigură etapă? Dacă Da, atunci prin ce etape ați trecut? Ce a fost la început? Apoi ce a urmat?
- d) Pe o coală de flipchart scrieți haotic conceptele: EXPERIENȚĂ, REFLECȚII, GENERALIZARE, APLICARE. Să admitem că acestea sunt etape ale ciclului de învățare experiențială. În ce ordine le aranjați, reieșind din discuția de mai sus?
- e) Generalizați informația prin a prezenta materialul informativ din fișa resursă 3 și 4.

5. Discuții și prezentare *Stiluri de învățare* (30 min)

- a) Inițiați discuția privind stiluri de învățare cunoscute de participanți.
- b) Formați 4-5 grupuri. Fiecărui grup oferiți un plic cu fișe ce conțin descrieri ale celor patru stiluri de învățare, fără denumirea stilului. (Fișa resursă 5)
- c) Sarcina 1. Rugați participanții să studieze textul, să formuleze sau să determine stilul de învățare. Sarcina 2. Rugați participanții să coreleze stilurile de învățare cu etapele învățării experiențiale.
- d) Grupurile prezintă produsul activității.
- e) Completați cu informația din Fișa resursă 5.

Discuții:

- Cum v-ați simțit în această activitate?
- Cum a fost pentru voi să identificați sau să denumiți stilul de învățare?
- Ce resurse ați folosit?
- Cum ați ajuns la rezultat?
- A fost ușor sau greu să găsiți asocieri dintre stilurile de învățare și etapele învățării experiențiale?

6. Activitate în grup *Preferințe de învățare.* (35 min)

- a) Repartizați participanții în 4 grupe corespunzător celor patru stiluri de învățare.
- b) Sarcina activității constă în identificarea și elaborarea unei liste de tehnici, metode și sugestii de lucru cu adulții stilului respectiv de învățare.
- c) Prezentarea echipelor.
- d) Comentați și oferiți feedback (Fișa resursă 6).

Discuții:

- Ce ați învățat din această activitate?
- Cum veți aplica în activitatea cu familiile rome?
- Ce concluzii formulați la finele sesiunii de învățare?

7. Activitate frontală *Progresul în procesul de învățare.* (15 min)

- a) Rugați participanții să-și amintească cum au învățat să meargă pe bicicletă, să conducă mașina, să prigătească bucate după o rețetă, etc.
- b) Modelați disucția în direcția evidențierii etapelor de progres în procesul de învățare.
- c) Prezentați schema (Fișa resursă 7).
- d) Rugați-i să examineze și să comenteze schema printr-un exemplu din experiența personală.

Discuții:

- Ce ați învățat din aceste activități?
- Lecțiile învățate corespund cu realitatea? Argumentați?
- Cum puteți folosi cele învățate în activitatea ulterioară cu familiile rome?

FIȘA RESUSĂ 1

Procesul de învățare la adulți

În general, procesul de învățare a copiilor este văzut ca o etapă de *formare* (dobândirea, acumularea, descoperirea, integrarea) de cunoștințe, abilități, strategii și valori dobândite din experiență. Procesul de învățare a adulților este văzut ca o etapă de *transformare* (modificarea, redobândirea, informarea la zi, înlocuirea) de cunoștințe, abilități, strategii și valori dobândite prin experiență.

Procesul de învățare a adulților se referă atât la procesul prin care trec indivizii în încercarea lor de a-și schimba sau îmbogăți cunoștințele, valorile, abilitățile și strategiile, dar și la rezultatul dobândit de fiecare în noua acumulare de cunoștințe, valori, abilități și strategii.

- ✓ *Toți adulții pot și trebuie să învețe.* Adulții se implică într-o varietate de activități de învățare ca răspuns la nevoile și problemele zilnice. Toți adulții, indiferent de nivelul lor de inteligență, vârstă și stadiu de pregătire, sunt capabili să învețe până când pleacă de pe aceasta lume. Adulții experimentează o stare pozitivă când învață și când mediul unde își desfășoară activitățile îi sprijină și îi încurajează în învățare.
- ✓ *Adulții nu sunt copii maturi.* Un conflict principal în procesul de învățare a adulților este natura și caracteristicile studenților adulți în comparație cu copiii. Unii autori și cercetători susțin că, învățarea este învățare și este aceeași la orice vârstă. Alții sunt de părere că, procesul de învățare a adulților și procesul de învățare a copiilor sunt diferite atât din punct de vedere calitativ cât și cantitativ.
- ✓ *Adulții învață în medii variate.* În mod normal, se presupune că adultul învață mai bine în grup, deoarece ceilalți membri reprezintă atât sprijin, cât și o provocare. Totuși, experiența arată că studentul adult învață la fel de bine și este la fel de eficient când lucrează singur sau când lucrează în perechi.
- ✓ *Adulții sunt studenți voluntari.* O diferență majoră între adulți și copii este faptul că adultul este un student voluntar în timp ce copiii sunt exact opusul. În majoritatea cazurilor, studentul adult asistă la programele de instruire voluntar, adică fără a fi obligat. Adulții învață mai eficient când simt că sunt studenți voluntari, care au dreptul să aleagă dacă vor sau nu să învețe.

Caracteristici ale procesului de învățare la adulți

- Adulții se implică în procesul de învățare, dacă țelurile și obiectivele programului de învățare sunt realiste și importante pentru ei, și sunt percepute ca fiind utile imediat.
- Adulții vor învăța, vor reține și vor folosi ceea ce ei consideră că este relevant nevoilor lor personale și profesionale.
- Procesul de învățare în cazul adulților înseamnă implicarea individuală. Învățarea unei noi abilități, tehnici sau a unui concept poate promova o imagine pozitivă sau negativă despre propria persoană. Întotdeauna există teama de judecarea de către ceilalți cu care noi, adulții, nu ne putem acomoda, ceea ce implică anxietate în timpul noilor activități de învățare.
- Adulții participă la cursuri având în spate experiența anterioară vastă în diverse domenii, cunoștințe și abilități, auto-direcționare, interese și competențe.
- Adulții doresc să fie stăpâni pe propria lor învățătură, ceea ce presupune implicarea lor în selectarea obiectivelor, conținutului, activităților și evaluării.

- Adulții se vor opune unor situații noi de învățare dacă ei le consideră ca fiind un atac la competențele lor, și de aici lipsa de interes față de subiecte sau activități impuse.
- Adulții resping indicațiile altora privind învățare, în special când ceea ce li se sugerează pare a fi un atac la ceea ce fac în acel moment.
- Procesul de învățare a adulților este îmbunătățit de un comportament și de programe de învățare care arată respect, încredere și interes față de problemele adultului.

Variabila \ Educabilul	COPIL	ADULT
Caracteristica de bază	Dependent	Independent, autodirectiv
Experiența anterioară	Neimportantă	Importantă, oferă resurse pentru facilitarea învățării
Montajul psihologic al educabilului	Se bazează pe dezvoltarea fizică, mentală și socială	Se bazează pe necesități
Relevanța cunoștințelor	Aplicabilitate tardivă	Aplicabilitate imediată
Mediul curricular	Competitiv, formal, centrare pe disciplină, orientare spre autoritate	Colaborativ, informal, adaptat necesităților educabilului, centrare pe probleme, sarcini, etc.
Planificarea	Efectuată de profesor	Efectuată în comun cu profesorul
Determinarea necesităților	Efectuată de profesor	Efectuată în comun cu profesorul, autodiagnosticare
Designul lecției	Secționată în funcție de subiect, focalizată pe conținutul materiei de studiu	Secționată în funcție de necesități, focalizată pe probleme, sarcini, etc.
Activitatea de bază	Transmiterea informației	Experimentarea
Evaluarea	Efectuată de profesor	Efectuată în comun cu profesorul și reciproc

FIȘA RESURSĂ 2

(varianta de lucru)

Instruire tradițională vs. instruire interactivă

	T	I
Profesorul știe nevoile elevului și stabilește conținutul lecției.		
Contribuie la identificarea nevoilor de învățare.		
Elaborează programul de instruire pe baza nevoilor de învățare identificate în rândul participanților.		
Elevul este dependent de profesor în timpul instruirii.		
Creează situații propice învățării.		
Acceptă responsabilitatea propriei instruirii.		
Profesorul este sursa tuturor informațiilor.		
Există răspunsuri „corecte” sau „greșite” la toate întrebările.		

Învăță pe baza experiențelor din trecut, a noilor informații, cu ajutorul celorlalți colegi, formatorului sau altor persoane.		
Elevul percepe procesul de instruire ca o acumulare de informații.		
Profesorul apreciază rezultatele instruirii prin măsurarea cantității cunoștințelor acumulate.		
Are o experiență care reprezintă o resursă importantă pentru învățare.		
Experiența elevului nu are o valoare deosebită, nu reprezintă o resursă pentru învățare.		
Ajută participanții să învețe unii de la alții.		
Participanții pot afla răspunsuri și soluții la problemele pe care le au.		
Motivația de a învăța este în primul rând una externă: elevul este îndemnat să învețe de teama consecințelor.		
Are alte priorități și este conștient că instruirea trebuie să fie o modalitate eficientă de utilizare a timpului personal.		
Profesorul este responsabil de progresul elevului.		
Oferă modalități flexibile de instruire și încurajează participarea activă a tuturor membrilor grupului.		
Este independent și va învăța doar ceea ce dorește sau are nevoie să învețe.		
Subliniază aplicabilitatea practică a celor învățate în activitatea profesională a participanților.		
Învăță ceea ce este legat de activitatea sa; învață mai ușor atunci când procesul de instruire este orientat pe problemele pe care le are de rezolvat.		

FIȘA RESURSĂ 3

INSTRUIRE TRADIȚIONALĂ	INSTRUIRE INTERACTIVĂ
<i>Profesorul:</i>	<i>Formatorul/ traineul/ facilitatorul:</i>
<ul style="list-style-type: none"> • știe nevoile elevului și stabilește conținutul lecției; • este responsabil de progresul elevului; • este sursa tuturor informațiilor. • există răspunsuri „corecte” sau „greșite” la toate întrebările; • apreciază rezultatele instruirii prin măsurarea cantității cunoștințelor acumulate. 	<ul style="list-style-type: none"> • elaborează programul de instruire pe baza nevoilor de învățare identificate în rândul participanților; • creează situații propice învățării; • ajută participanții să învețe unii de la alții • participanții pot afla răspunsuri și soluții la problemele pe care le au; • oferă modalități flexibile de instruire și încurajează participarea activă a tuturor membrilor grupului; • subliniază aplicabilitatea practică a celor învățate în activitatea profesională a participanților.

<i>Elevul:</i>	<i>„Elevul”:</i>
<ul style="list-style-type: none"> • este dependent de profesor în timpul instruirii; • experiența elevului nu are o valoare deosebită, nu reprezintă o resursă pentru învățare; • percepe procesul de instruire ca o acumulare de informații; • este îndemnat să învețe de teama consecințelor: motivația de a învăța este în primul rând una externă. 	<ul style="list-style-type: none"> • contribuie la identificarea nevoilor de învățare, • acceptă responsabilitatea propriei instruirii; • Învăță pe baza experiențelor din trecut, a noilor informații, cu ajutorul celorlalți colegi, formatorului sau altor persoane; • are o experiență care reprezintă o resursă importantă pentru învățare; • are alte priorități și este conștient că instruirea trebuie să fie o modalitate eficientă de utilizare a timpului personal; • este independent și va învăța doar ceea ce dorește sau are nevoie să învețe; • învață ceea ce este legat de activitatea sa; învață mai ușor atunci când procesul de instruire este orientat pe problemele pe care le are de rezolvat.

FIȘA RESURSĂ 4

Învățarea Experiențială

- ✓ Învățarea este experiențială atunci când experiența umană face parte din procesul de învățare. Experiențele personale și dezvoltarea personală sunt valorizate în sala de curs (laborator).
- ✓ Învățarea începe cu ideile și conceptele cursantului; nu există un "profesor" care să citească din cărți.
- ✓ Învățarea relaționează exercițiile propuse în cadrul programului la experiențele participanților, trecute sau potențial-viitoare.
- ✓ Învățarea este centrată pe fiecare persoană în parte: accentul este îndreptat spre învățarea personală în cadrul grupului, ceea ce permite implicarea activă a cursantului (acesta nu mai este un receptor pasiv);
- ✓ Este o învățare bazată pe percepție, nu pe teorie: învățarea experiențială stimulează abilitățile elevilor/cursanților de a motiva și explica un subiect, din perspectivă proprie, mai mult decât să memoreze și să reproducă afirmațiile unei alte persoane; tocmai de aceea, situațiile/problemele sunt abordate din perspectiva cursantului, nu a profesorului/trainerului;
- ✓ Accentul cade asupra procesului prin care se ajunge la învățare, nu pe rezultate învățării; astfel, conceptele sunt continuu derivate și modificate de experiența proprie, asigurându-se o înțelegere profundă a subiectului în cauză;

- ✓ Învățarea experiențială ajută atât la înțelegerea întregului, cât și la analiza componentelor: elevii/cursanții vor înțelege conținutul prin analiza surselor primare și a experiențelor personale, relaționate la aceste surse, ceea ce determină o gândire în termeni de soluții pe termen lung.
- ✓ Asigură o implicare activă a cursantului (nu este un receptor pasiv) și un dialog activ între cursant și trainer.
- ✓ Învățarea reează o atmosferă de rezolvare a problemelor. Situațiile/problemele sunt abordate din perspectiva cursantului, nu a trainerului.
- ✓ Implică reflecția activă (învățarea este eficientă după ce reflectăm asupra situației la care am participat).
- ✓ Evaluarea motivelor interne și externe - evaluarea este considerată a fi o experiență de învățare pe care cursanții învață să o aplice pe ei înșiși.
- ✓ Înțelegerea întregului și analiza componentelor - cursanții vor înțelege conținutul prin analiza surselor primare și a experiențelor personale, relaționate la aceste surse.
- ✓ Învățarea experiențială este învățarea prin care cursantul face ceva - nu doar să se gândească la ceva.

FIȘA RESURSĂ 5

Ciclul învățării experiențiale după Davin Kolb (1984)

Există multe teorii care încearcă să explice felul în care are loc învățarea. Cea mai răspândită, care explică în special felul în care învață adulții, este teoria învățării Kolb. Învățarea are loc într-un câmp de tensiune format din următoarele categorii care, în opinia lui Kolb, sunt așezate în mod *ciclic*. Noțiunea de *cerc al învățării* se situează în mijlocul teoriei, în care se presupune că în timp ce învață, adulții trec prin cele patru etape ale cercului învățării.

Experiența concretă stă la baza percepției și reflecției. Observația reflecției înseamnă că un adult poate pune întrebări, ca de exemplu: *ce a fost bine?, ce a fost mai puțin bine?* colectează observații și le *transpune* într-o *teorie*, i.e. conceptualizează. Din corpul său de idei pot reieși ipoteze, care sunt testate în practică prin acțiunea, pe care Kolb o numește experimentare. În cele din urmă, aceasta are drept rezultat o nouă experiență. După opinia lui Kolb, este nevoie de patru tipuri de abilități pentru o învățare optimă, i.e. efectuarea unei sarcini.



- ✓ Privind cu atenție schema vom constata că adulții încep **învățarea din experiență** - o acțiune, un sentiment, o problemă sau un eveniment - care creează nevoia de mai bună înțelegere.
- ✓ Pentru a putea învăța din această experiență, trebuie elaborat un context. Cei care învață **reflectează** asupra a ceea ce s-a întâmplat: (când, cine, ce a făcut), de ce s-a întâmplat și care sunt consecințele.
- ✓ Apoi ajung la o **concluzie** despre experiență (ce a fost bun sau rău, și de ce).
- ✓ După identificarea concluziei și evaluarea a ceea ce s-a întâmplat, aceștia se vor gândi la modul **cum vor reacționa în viitor** într-o astfel de situație și ce doresc să obțină prin procesul de învățare.
- ✓ Acum apare tendința de **a generaliza** concluzia identificată, cercetând literatura de specialitate sau prin informarea cu privire la validitatea acesteia în general. (Concluzia este valabilă în toate situațiile sau a fost valabilă doar într-o anumită situație).
- ✓ Următoarea etapă va fi **experimentarea activă**: testarea personală a ceea ce s-a învățat.

a) Experiența directă. Participarea – a fi implicat într-o situație experiențială inedită.

Atât la începutul cât și la finalul sesiunii de instruire aspectul experienței participanților la sesiunea de instruire este esențială. Formatorul va trebui să fructifice această experiență și nicidecum să o ignore. Experiența participanților reprezintă punctul de pornire într-o asemenea activitate. Experiența reprezintă, cu alte cuvinte, bagajul de cunoștințe și informații pe care îl dețin participanții înainte de procesul de instruire, urmând ca la finalul sesiunii aceasta să fie completată și aprofundată, după caz.

Formatorul	prezintă și explică cum se desfășoară activitatea. Structurează experiența de învățare, se asigură că instrucțiunile legate de activitate sunt clare.
Participanții	sunt implicați în activități prin metode / tehnici interactive: brainstorming, joc pe roluri, discuții în grupuri mici, studii de caz, dezbateri, prezentări, proiecte etc.

Întrebări:	<ul style="list-style-type: none"> • Ai vrea să încerci să _____? • Te-ai gândit la _____? • Ce ai prefera? • Ce obiecții ai? • Care este lucrul cel mai rău/bun care ți se poate întâmpla? • Aveți vreo întrebare despre ce urmează să faceți? • Mai aveți nevoie de alte informații?
-------------------	---

b) Reflectare și observare – a observa pe alții sau a se observa pe sine însuși.

Această etapă se referă la verificarea cunoștințelor anterioare ale participanților. Această etapă este deosebit de importantă, deoarece participanții vor fi antrenați în comunicare și se va stabili un schimb de „experințe”. În acest fel, unii participanți cu o experiență mai puțin bogată, vor avea șansa de a-și imbuntăți bagajul de cunoștințe. Important este ca formatorul să incite participanții la discuție prin utilizarea întrebărilor deschise; deci care necesită elaborarea și argumentarea răspunsurilor.

Formatorul	structurează activitățile și pune întrebări pentru a ajuta participanții să reflecteze asupra experienței, a semnificației acesteia pentru ei și asupra sentimentelor pe care le-au trăit.
Participanții	răspund la întrebări, își împărtășesc trăirile din timpul exercițiilor, identifică principalele rezultate și obstacole întâlnite.
Întrebări:	<ul style="list-style-type: none"> • Ce s-a întâmplat? • Cum te-ai simțit? • Ce ai simțit atunci când _____? • Cine a avut o experiență similară? Una diferită? • Ce ai observat? • Ce ai remarcat în legătură cu _____? • Ai fost conștient de _____? • Ești sau nu de acord cu ceea ce au spus ceilalți? De ce?

c) Generalizare. Conceptualizare. Lecții învățate – a crea teorii pentru a explica cele observate.

În această etapă se vor rezuma rezultatele analizei anterioare și se vor trage concluzii. Ea este deosebit de importantă pentru că în acest moment vor lua naștere niște principii de bază, care vor fi aplicate în diferite aspecte ale vieții cotidiene (cum vom reacționa pe viitor în asemenea situații?). Rolul formatorului este de a rezuma cele discutate și de a sublinia punctele cheie, ce, desigur, vor trebui să fie în concordanță cu scopul de la care s-a pornit procesul de învățare experiențială (cu ce scop am dezbătut tema aceasta?).

Formatorul	pune întrebări pentru a ajuta participanții să <i>generalizeze</i> experiența pe care au avut-o, interpretând informațiile dobândite de participanți și determinând ce au învățat din experiența trăită.
Participanții	prezintă rezultatele activităților lor, formulează concluzii și lecții învățate.
Întrebări:	<ul style="list-style-type: none"> • Ce ai învățat din această experiență? • Ce înseamnă asta pentru tine? • Cât de semnificativ a fost pentru tine ce s-a întâmplat? Cu ce poți asocia? • S-ar fi putut întâmpla altfel? • Ce poți tu, sau grupul, să _____? • Ce concluzii putem trage de aici? • Cum se leagă cu alte experiențe pe care le-ai avut?

d) Aplicare. Testare în situații noi – a utiliza teoriile pentru a soluționa probleme, a lua decizii.

În această etapă, participanții vor pune în practica cele învățate. Această etapă nu se desfășoară în același spațiu unde au avut loc etapele de mai sus, ci într-un cadru al vieții de zi cu zi. Formatorul nu va fi de față când aceste învățăminte vor fi puse în practică de către participanți, însă acesta speră la o schimbare a comportamentului participanților ca urmare a procesului de instruire. De fapt, în această etapă va fi vizibil dacă obiectivul sesiunii de instruire (orice obiectiv vizează o schimbare de atitudine și comportament) a fost atins sau nu.

Formatorul	pune întrebări directe despre felul în care participanții vor <i>aplica</i> ceea ce au învățat în activitatea lor profesională și/sau viața personală; ajută participanții să facă legături între ceea ce au învățat și lumea reală și să aplice ceea ce au învățat în activitatea lor profesională.
Participanții	discută: cum pot folosi cunoștințele / deprinderile noi formate, cum pot depăși dificultățile în aplicarea acestora, cum să elaboreze un plan individual de acțiune.
Întrebări:	<ul style="list-style-type: none"> • Cum puteți aplica lucrurile nou învățate în munca sau viața voastră? • Ce credeți că va fi cel mai greu? • Dacă ați avea o astfel de experiență în realitate, cum ați proceda? • Anticipați rezistență din partea colegilor? Cum veți proceda în această situație? • Dacă ați avea din nou această experiență, ați proceda diferit?

FIȘA RESURSĂ 6

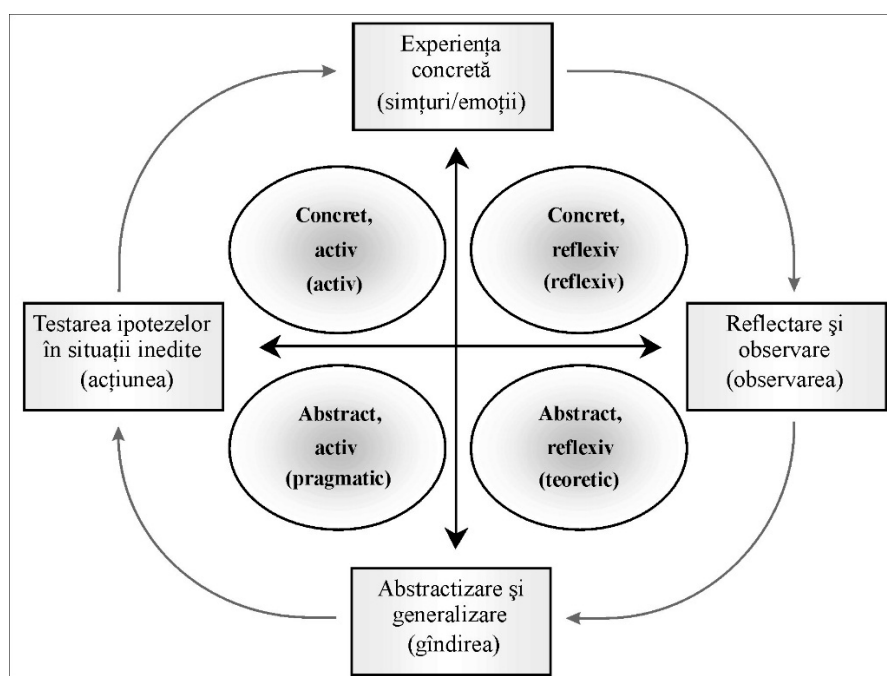
Stiluri de învățare

Percepțiile și procesarea informațională influențează procesul de instruire și sunt buni indicatori ai preferințelor de învățare, chiar dacă uneori acestea pot varia în funcție de situație. Conform teoriei lui David Kolb, evidențiem patru stiluri de bază de învățare: *stilul activ*, *stilul reflexiv*, *stilul teoretic*, *stilul pragmatic*.

Pentru a stabili cele patru stiluri de instruire, Kolb face referință la patru procese fundamentale de învățare: **observarea**, **gândirea**, **emoția** și **acțiunea**, iar stilul de învățare este preferința pentru două etape vecine.

Aceste două axe se intersectează și formează patru cadrane, în care putem înscrie cele patru stiluri personale de instruire a adulților.

- **Teoreticienii** (sau Asimilatorii) • **Activii** (sau Acomodatorii)
- **Pragmaticii** (sau Convergenții) • **Reflexivii** (sau Divergenții)



Este necesar să menționăm că instruirea are loc prin intermediul tuturor acestor patru tipuri de experiență, una dintre ele însă rămâne preferențială. O instruire ideală/un training ideal ar trebui să includă aplicații pentru toate aceste modalități de percepere și prelucrare a informațiilor. De exemplu, ciclul poate începe cu implicarea personală a educabilului într-o *experiență concretă*; apoi, el *reflectează* asupra acestei experiențe, căutând o semnificație, un concept; mai târziu, educabilul aplică acest concept pentru a elabora o concluzie logică și, în final, el experimentează probleme similare, ce rezultă din noi experiențe concrete.

Activitățile de instruire sau de training ar trebui să fie flexibile, astfel încât fiecare educabil să beneficieze de suficient timp pentru a "savura" din plin propriul stil de învățare.

În continuare sunt expuse caracteristicile generale ale fiecărui stil, preferințele de învățare pentru fiecare stil.

- × **Persoanele cu stil Activ/ Energic de învățare** preferă activitățile care îi implică direct în experiențele noi. Le place tot ce este nou, sunt deschiși, entuziasmați și fără prejudecăți sau scepticism, sunt flexibili. Cel mai mult le place să se aplece în vâltoarea evenimentelor, activităților, atenției celor din jur. Principiul lor de bază este: „Voi încerca orice măcar odată!”. Deoarece sunt foarte entuziasmați de tot ce este nou, de regulă, mai întâi acționează și apoi se gândesc la consecințe. Devin ineficienți și, practic, nu mai sunt interesați să învețe ceva, dacă în activitate nu mai este nimic nou sau nu este implicare directă, activă.
- × **Persoanele cu stil Reflex de învățare** preferă să observe ceea ce se întâmplă în jur. De regulă, evită participarea imediată în realizarea sarcinilor pe care le dă formatorul: mai degrabă observă ce fac ceilalți dintr-o parte. În instruire le place să colecteze date, să le analizeze, să dea aprecieri. Înainte de a trage o concluzie, o cântăresc foarte bine. Principiul lor de bază este: „De șapte ori măsoară și o dată taie!”. Sarcinile care necesită multă gândire și analiză îi fac pe reflexivi să învețe ușor și cu mult interes. Spre deosebire de activi, nu le place să fie în centrul atenției, evenimentelor. Au un comportament pasiv și, chiar, retras. Pierd interesul față de activitatea de instruire atunci când sunt solicitați să joace roluri principale, să fie activi și energici, să gândească și să acționeze rapid. Sunt foarte eficienți în realizarea sarcinilor de evaluare, elaborare și completare de chestionare etc.
- × **Persoanele cu stil Teoretic de învățare** preferă să analizeze și să sintetizeze toate informațiile pentru a le transforma în teorii bine fundamentate logic. Lucrează cel mai bine la realizarea sarcinilor care țin de formulare, analiză, valorificare de principii, ipoteze, modele, reguli etc. Manifestă o gândire logică pronunțată, cu ușurință elaborează scheme logice, standarde etc. În procesul de învățare se bazează doar pe fapte și dovezi concrete. Sunt sceptici, nu acceptă oricare metode de instruire, mai ales cele interactive. Principiul lor de bază este: „Dacă este logic, este bun.” De regulă, ei pun întrebări de tipul: „Are sens?”, „Pe ce dovezi se bazează?”, „Care sunt ipotezele de bază?” etc.
- × **Persoanele cu stil Pragmatic de învățare** preferă experimentarea ideilor. Ei leagă orice lucru pe care îl învață de practica de fiecare zi. Le este interesant să învețe doar atunci când văd legătura dintre ceea ce învață și ceea ce pot aplica în viața de fiecare zi, ceea ce le poate aduce un beneficiu personal, un rezultat concret în activitatea practică. Îi atrag foarte multe idei noi și pe toate doresc să le experimenteze imediat. Ei sunt persoanele cu un foarte puternic simț al realității, „cu picioarele pe pământ”, le place să rezolve probleme și să ia decizii practice. Principiul lor de bază este: „Dacă funcționează, înseamnă că este bun.” Se irită atunci când trebuie să asculte prelegeri teoretizate sau să facă lucruri care nu prea au aplicabilitate practică.

Este bine ca un formator să poată identifica stilul de învățare al fiecărui participant și să poată alege metodele de instruire adecvate pentru fiecare stil.

FIȘA RESURSĂ 7

Preferințele de învățare a reprezentanților diferitor stiluri de învățare

Persoanele cu stil activ/ energic de învățare		
Învăță cel mai bine din:	Învăță mai puțin din:	Activități care consolidează:
<ul style="list-style-type: none"> implicarea într-o sarcină care este incitată; implicarea în activități scurte de genul „aici și acum”; situații de criză, dramatice, etc. 	<ul style="list-style-type: none"> asumarea unui rol pasiv; asimilarea, analizarea și interpretarea de date; angajarea în muncă de unul singur. 	<ul style="list-style-type: none"> să facă ceva nou; să exerseze în inițierea de conversații; să-și fragmenteze ziua; să fie în atenția generală; să exerseze gânditul cu voce tare.

Persoanele cu stil reflexiv de învățare		
Învăță cel mai bine din:	Învăță mai puțin din:	Activități care consolidează:
<ul style="list-style-type: none"> observarea și nu implicarea în evenimente; oferirea de analiză și observație; anticiparea acțiunii prin gândire. 	<ul style="list-style-type: none"> situații în care sînt în centrul atenției; situații în care trebuie să treacă rapid de la o activitate la alta; activități fără o planificare prealabilă. 	<ul style="list-style-type: none"> să exerseze observarea; să țină un jurnal; să facă o recapitulare a acțiunilor trecute; să cerceteze (investigheze) ceva; să scrie; să conceapă liste.

Persoanele cu stil teoretic de învățare		
Învăță cel mai bine din:	Învăță mai puțin din:	Activități care consolidează:
<ul style="list-style-type: none"> modele, scheme, teorii; idei și concepte care sînt incitante; ocazii de a întreba și investiga. 	<ul style="list-style-type: none"> activități implicând multa incertitudine și ambiguitate, situații care pun accente pe emoții și sentimente; acționarea care nu e bazată pe un principiu sau o politică. 	<ul style="list-style-type: none"> să citească ceva "serios"; să analizeze o situație complexă; să colecteze teoriile altora; să exerseze structurarea de situații; să pună întrebări scurtătoare; să depisteze inconsecvențele.

Persoanele cu stil pragmatic de învățare		
Învăță cel mai bine din:	Învăță mai puțin din:	Activități care consolidează:
<ul style="list-style-type: none"> activități care leagă teoria cu practica; urmărirea altora în timp ce execută o sarcină; o ocazie inedită de a implementa ceea ce au învățat. 	<ul style="list-style-type: none"> evenimente necorelate cu nevoile imediate; activități care nu au un rezultat clar; experiența celor neancorați în "realitate". 	<ul style="list-style-type: none"> să adune tehnici de succes; să facă planuri de acțiune; să experimenteze idei noi; să observe alte persoane; să ceară evaluări critice; să se angajeze într-un proiect pe care să-l facă singur.

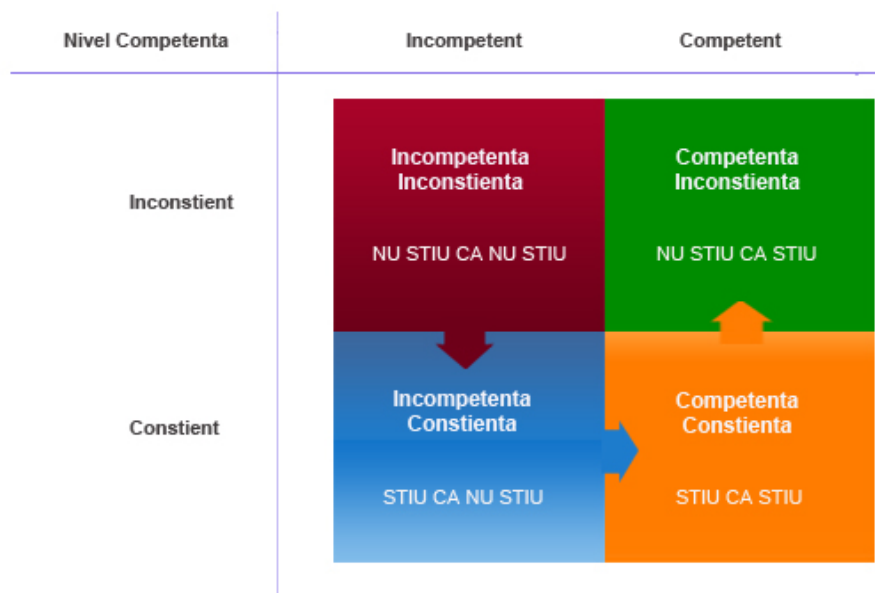
FIȘA RESURSĂ 7

Etapele progresului în procesul de învățare

- Etapa de **incompetență inconștientă**: nu suntem conștienți de ceea ce nu am încercat niciodată, nu ne dăm seama că nu știm să facem acel lucru (ex.: o persoană care nu a condus niciodată un automobil nu își dă seama că nu știe să facă acest lucru).
- Etapa de **incompetență conștientizată**: devenim conștienți de faptul că nu știm cum să facem acel lucru. (persoana care încearcă să conducă mașina își dă seama că nu știe cum să facă acest lucru).
- Etapa de **competență conștientă**: începem să practicăm lucrul nou învățat, dar avem nevoie să ne controlăm permanent (șoferul învață să conducă mașina, dar încă trebuie să fie atent și să se gândească înainte de a face fiecare manevră).
- În final, prin exersare repetată, devenim **competenți inconștienți** – îndeplinim sarcina respectivă fără să ne mai gândim, în mod inconștient, devine un automatism (șoferul conduce mașina fără să se mai gândească).

NIVELURILE INVATARII

www.rauflorin.ro



MODULUL 2.2. Dinamica de grup

SCOP

Familiarizarea participanților cu etapelor de evoluție a unui grup.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să descrie etapele de evoluție a unui grup;
- să formuleze sarcinile formatorului /trainerului pentru fiecare etapă a evoluției grupului;
- să selecteze metodele și tehnicile ce pot fi utilizate la diferite etape de evoluție a grupurilor;
- să identifice și să aplanare potențialele comportamente dificile.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Set de materiale pentru o echipă – 2-3 baloane, gumă de mestecat, un ou crud, 1-2 ziare, ață de mosor.
- Coli flipchart, markere

SCENARIUL

1. Activitate *Oul zburător*. (35 min)

- Participanții formează echipe a câte 5-6 persoane.
- Fiecare echipă va avea o persoană Observator, care nu va fi implicat în realizarea sarcinilor. Observatorul va primi fișa de observații și va completa în timpul jocului. (Fișa resursă 1)
- Fiecare echipă primește câte un set de materiale. Participanții nu au voie să folosească alte obiecte decât cele oferite.
- Sarcina constă în a face ceva cu ajutorul materialelor, astfel încât peste 15 minute ouăle să fie lăsate să cadă de la înălțime (etajul 2 sau de pe acoperiș). Scopul final – oul să nu se strice după impactul cu pământul.

Discuții cu echipele;

- Cum v-ați simțit în timpul jocului?
- Cum v-ați simțit ca echipă?
- Cum ați reușit să realizați sarcina?
- Prin ce etape ați trecut în realizarea sarcinii?
- Cum este sentimentul de final?

Discuții observatori?

Observatorii sunt rugați să expună cele observate în baza fișei de observație.

Debriefing

Menționați că urmează să discutați despre etapele evoluției grupului. Solicitați participanților să identifice cum era grupul/ echipa la început, ce a urmat după prima etapă și în continuare.

Atrageți atenția că discutați nu despre realizarea sarcinii, ci despre formarea echipei pentru realizarea sarcinii.

- Cine și ce responsabilități au avut?
- Cum ați ajuns la modul în care rezolvați sarcina?
- În ce moment au fost clare regulile de realizare a sarcinii?
- Când v-ați simțit apartenența la grup, la început, la mijloc sau la sfârșit?
- În ce moment v-ați simțit tensionați, dar relaxați?
- Care au fost punctele tari ale grupului/echipei?
- Pe ce principii v-ați bazat în formarea grupului/echipei?
- Ce ați învățat din această activitate?

2. Prezentare *Etape evoluța grupului* (10 min)

Prezentați etapele evoluției grupului, descriind fiecare etapă fără a evidenția rolul formatorului. Fișa resursă 2. Prezentați factori care pot fi utilizați ca repere în procesul de formare al echipei. Fișa resursă 3.

3. Activitatea în grupuri (30 min)

- a) Participanții formează 4 grupuri. Fiecare grup primește o fișă cu descrierea unei etape în evoluția grupului.
- b) Sarcina constă în identificarea rolului formatorului/ trainerului, modalitatea în care intervine pentru a ghida eficient activitatea și realizarea sarcinilor. Să identifice ce metode și tehnici pot fi utilizate pentru fiecare etapă.
- c) Prezentarea grupurilor.
- d) Comentați și completați cu informația din fișa resursă 3.

4. Activitatea frontală *Comportamente dificile* (15 min)

- a) Solicitați participanții să numească posibile comportamente dificile în timpul unei instruirii/formări.
- b) Solicitați participanții să identifice / selecteze strategii/metode de aplanare a comportamente dificile în timpul unei instruirii/formări. (Fișa resursă 4)
- c) Formulați concluzii.

FIȘA RESURSĂ 1

FOAIA OBSERVATORULUI

Sarcina dvs este să observați comportamentul grupului. Dvs nu veți participa. Așezați-vă undeva de unde să puteți observa comportamentul tuturor membrilor grupului.

1. Cine a fost liderul grupului? _____

2. Ce acțiuni de leadership ați observat? _____

3. Descrieți implicarea membrii grupului în sarcină? _____

4. Observați comportamente de excludere? Cum au loc? _____

5. Cum se influențează oamenii unii pe ceilalți? _____

6. Cum sunt luate deciziile în grup? _____

7. Descrieți atmosfera sau climatul grupului.

Dați exemple de comportament al membrilor grupului, care ilustrează acest climat.

8. Cum se schimbă aceasta în procesul realizării sarcinii? _____

9. Ce nivel de încredere există în grup? _____

FIȘA RESURSĂ 2

Etapale evoluției dinamicii de grup

Un grup obține sinergie (rezultate mai bune) dacă membrii lui devin o echipă. O echipă e la început doar o colecție de indivizi ce au fost grupați pentru a realiza o sarcină comună. Procesul unificării grupului pentru a deveni o echipă eficientă implică parcurgerea cu succes a patru etape de dezvoltare (Modelul lui B.W. Tuckman).

Nici un grup nu începe prin a fi perfect. Sub supervizarea liderului, majoritatea grupurilor, fie că sunt grupuri de dezvoltare, grupuri de sarcină, grupuri de cercetare etc. parcurg 5 etape:



1. Formarea

Etapa inițială, de cunoaștere, în care membrii grupului își centrează eforturile lor spre stabilirea obiectivelor și adoptarea procedurilor necesare pentru realizarea sarcinilor. Stadiul comportamentelor predominant relaționale, a cunoașterii reciproce și a acceptării celorlalți.

Membrii grupului:

- sunt motivați ușor până la moderat;
- au așteptări în general pozitive în legătură cu rezultatele ce le vor obține;
- manifestă o oarecare anxietate și preocupare în legătură cu cauza pentru care se află acolo, ce vor obține, ce înseamnă pentru ei obiectivele formulate în fața grupului, ce vor face, ce va face managerul, la ce se pricep;
- sunt dependenți de autoritate.

Activitatea grupului se caracterizează prin:

- nivel scăzut până la moderat al îndeplinirii sarcinii;
- energia este focalizată pe definirea scopurilor, pe modul de abordare a acestora și pe abilitățile/competențele necesare.

Pentru a facilita formarea grupului în această etapă:

- Ajutați participanții să-și clarifice așteptările față de curs.
- Revedeți împreună cu participanții scopul și obiectivele generale ale cursului.
- Introduceți procesul de învățare al adultului (pentru a ajuta participanții să înțeleagă că experiența și cunoștințele lor sunt importante și că acestea vor contribui la procesul de instruire).

Concluziile etapei 1:

Consensul general asupra faptului că scopul cursului este clar și că obiectivele sunt realizabile și corespund nevoilor participanților.

2. Furtuna

Etapa conflictuală, când elementele consecutive stabilirii obiectivelor și procedurilor (ordinea obiectivelor, repartiția responsabilităților, comportamentul individual în sarcină) devin surse de negociere sau de conflict. Conflictul din această etapă trebuie gestionat astfel încât energia, atitudinile angajante și revendicative să fie dirijate în sensul trecerii la acțiune pentru realizarea obiectivelor.

Membrii grupului:

- simt o anumită discrepanță între speranțele și așteptările inițiale și situația reală;
- devin nemulțumiți față de dependența față de autoritate;
- adeseori au sentimente de frustrare sau de mânie în legătură cu scopurile și sarcinile grupului;
- pot avea reacții negative față de manager sau față de alți membri ai grupului;
- adeseori au sentimente de incompetență sau confuzie.

Pentru a facilita formarea grupului în această etapă:

- Clarificați rolurile formatorilor și participanților, inclusiv responsabilitatea fiecărui participant pentru ceea ce învață.
- Încurajați membrii echipei spre o comunicare deschisă a problemei.
- Folosiți procesul de rezolvare a problemelor pentru a ajuta grupul să identifice și să rezolve aspectele de rezistență, răzvrătire sau rebeliune.
- Clarificați scopul și obiectivele cursului.
- Ajutați participanții să conștientizeze diferențele de exprimare dintre oameni sau felul în care interacționează sau conduc, precum și felul diferit în care apreciază sarcinile și/sau schimbările. Ajutați grupul să învețe: să ajute indivizii să recunoască efectele propriului comportament asupra celorlalți; să se acomodeze cu diferențele între membrii grupului (inclusiv ale formatorilor).

Concluziile etapei 2:

- Rezolvarea parțială a conflictelor, relațiilor personale tensionate.
- Acordul asupra modului în care grupul își va desfășura activitatea.

3. Normarea

Etapa centrată pe cooperare, unde comportamentele evoluează spre furnizarea de informații, acceptarea opiniilor diferite, eforturi pozitive pentru formularea de soluții realiste. Etapa formării și creșterii coeziunii grupului, a spiritului de comuniune. Sunt stabilite reguli clare de relaționare și sunt întărite (feedback pozitiv) sentimentele de responsabilitate, comportamentele de cooperare.

Membrii grupului:

- sunt mai puțin nemulțumiți pe măsură ce modurile de cooperare devin mai clare;
- anulează diferențele dintre așteptările inițiale și realitatea legată de scopurile, sarcinile și abilitățile personale și de grup;
- scade animozitatea față de alți membri sau față de manager;
- dezvoltă sentimente de respect reciproc, armonie, încredere etc. ce duc la creșterea coeziunii grupului;

- simt plăcere în realizarea sarcinii, plăcere ce începe să domine asupra sentimentelor negative anterioare;
- începe să se simtă stima de sine vizavi de calitatea de membru al grupului și de realizarea sarcinii.

Pentru a facilita dinamica grupului în această etapă:

- Supravegheați grupul să respecte regulile pentru acordarea și primirea de feedback.
- Redefiniți rolul formatorilor și al participanților (formatorii devin tot mai mult facilitatori, în vreme ce participanții își asumă din ce în ce mai mult responsabilitatea pentru conținutul instruirii, prin activitățile practice de aplicare a celor învățate)

Concluziile etapei 3:

- Apare identitatea pozitivă a grupului.
- Participanții își dezvoltă capacitatea de introspecție și abilitățile de rezolvare a problemelor.

4. Funcționarea

Etapa centrată pe sarcină în care grupul arată dacă e capabil sau nu de a realiza sarcina cu eficacitate și competență. Existența unor norme de grup ce favorizează eficacitatea și competența, alternanța optimă dintre activitatea individuală și cea de grup permit perfecționarea și menținerea grupului la un nivel de performanță înalt. Grupurile cu norme inadecvate ce defavorizează eficacitatea și competența și încurajează comportamentele egoiste sau extremiste evoluează spre dizolvare.

Membrii grupului:

- au sentimente pozitive de satisfacție pentru apartenența la grup;
- lucrează bine împreună și acceptă natura relației lor.
- se simt autonomi: nu se simt dependenți de liderul desemnat;
- recunosc, sprijină și ies în întâmpinarea competențelor și realizărilor celorlalți;
- își concentrează energia mai degrabă pe realizarea sarcinii decât pe nemulțumire și rezistență;
- se raportează unul la altul sau la grup în termeni de funcții complementare la sarcină, cât și de sprijin interpersonal.

Pentru a facilita dinamica grupului în această etapă:

- Cereți grupului să-și identifice atuurile, punctele tari.
- Discutați procesul de dezvoltare a grupului.
- Discutați modul în care grupul a fost în stare să-și îndeplinească sarcinile.
- Cuvintele cheie ale acestei faze sunt: sprijin reciproc, flexibilitate, încredere și eficiență.

Concluziile etapei 4:

- Scopurile și obiectivele grupului sunt îndeplinite.
- Membrii grupului doresc să mențină legătura între ei.

5. Retragerea

În momentul în care echipa va ajunge la acest stadiu înseamnă că este destinată dizolvării, membrii fiind preocupați mai mult de finalizarea sarcinii decât de buna funcționare a echipei. Membrii se vor simți frustrați de destrămarea, mai ales pentru că au stabilit relații de prietenie fructificate până în acel moment. Formatorul va trebui să încerce să integreze membrii echipei în tot felul de activități stimulative și atractive pentru a evita esecul ei. Dacă acest lucru nu este posibil, formatorul va marca retragerea echipei respective prin recunoașterea realizărilor ei pe perioada de timp în care a funcționat.

FIȘA RESURSA 3

Constituirea echipei

Nucleul elementar al oricărei organizații nu o constituie individul, cum am putea crede într-o primă fază, ci echipa.

Constituirea unei echipe este un proces destul de dificil de transformare a unui grup informal, a cărui existență este motivată de împărtășirea aceleasi viziuni, într-o structură organizațională. Iată cațiva *factors care pot fi utilizați ca repere în procesul de formare al echipei*:

- × Fiecare membru al echipei își cunoaște rolul specific în cadrul grupului. Membrii știu ce au de făcut în particular și sunt conștienți de rolul lor concret în funcționarea echipei.
- × Membrii echipei pun în discuție aspecte care influențiază funcționarea ei și comunică aspectele pozitive și negative ale funcționării acesteia, cu scopul de a îmbunătăți eficiența acestuia.
- × Membrii echipei se sprijină reciproc în îndeplinirea obiectivelor profesionale. Nici un membru nu lucrează izolat ci solicită sfaturile sau ajutorul colegilor în vederea îndeplinirii unei sarcini.
- × Membrii echipei au capacitatea de a rezolva problemele inerente funcționării acesteia și găsesc căi de abordare pentru depășirea acestor situații.
- × Membrii echipei dețin capacitatea de a utiliza conflictele existente în mod constructiv. Conflictele determină implicarea emoțională a oamenilor din cadrul echipei, astfel că ele reprezintă o importantă resursă a grupului. Un bun management al conflictului va utiliza energiile descărcate pentru identificarea soluțiilor optime de depășire a dificultăților.
- × Membrii echipei pun mai mult accent pe colaborare decât pe competiție. Membrii echipei sunt uniți pentru același scop și colaborează în vederea obținerii unor rezultate mai bune în competițiile externe.
- × În cadrul unei echipe există relații de interdependență. Membrii echipei depind unii de alții în îndeplinirea obiectivelor profesionale ale grupului.

Limitele echipei

O echipă are un scop și obiective comune, acceptate și respectate de către toți membrii echipei. Factorii care pot bloca la un moment dat lucrul în echipă vor putea fi rezumați astfel:

- neclaritate în formularea obiectivelor, a responsabilității și a rolurilor în cadrul echipei;
- definirea neclară sau incompletă a problemelor;
- lipsa de comunicare și cooperare;
- nerespectarea timpului acordat unei sarcini;

- interesul personal de dominare a unui membru al echipei;
- lipsa de încredere reciprocă;
- teama de implicare și responsabilitate;
- teama de eșec.

FIȘA RESURSA 4

Comportamentul în situații dificile în cadrul formării/instruirii

Situațiile dificile pot apărea din mai multe direcții. Pe de o parte dintr-o **relație** problematică **între trainer și participanți**. În acest caz, cea mai bună metodă de predare este inutilă. Participanții vor fi nemulțumi și si vor învăța doar forțat – dacă o vor face. Pe de altă parte pot apărea și **probleme între unii dintre participanți sau unii participanți pot produce tulburări izvorâte din personalitatea lor**. Trainerul trebuie să fie pregătit și să învețe să reacționeze adecvat.

Posibile *motive* pentru situații dificile în cadrul formării/instruirii:

- Tema trainingului/ seminarului nu îi interesează pe participanți.
- Prezentarea e plictisitoare și nu suficient de diversă.
- Trainerul se grăbește, nu expune cum trebuie materia dificilă și îi suprasolicită pe participanții la seminar.
- Trainerul nu îi solicită suficient pe participanți, ci insistă pe descrieri prea lungi ale unor contexte pe care participanții la seminar le cunosc deja.
- Trainerul este confuz în trasarea sarcinilor.
- Trainerul ține prea puțin seama de dorințele și nevoile participanților la seminar.
- Trainerul se pierde în detalii.
- Trainerul are o atitudine autoritară de coordonare a seminarului.

Sugestii pentru a reacționa treptat la tulburări:

- Treceți cu vederea atitudinile deranjante. Evitați contactul vizual cu participantul care creează probleme. Poate acesta va înceta din proprie inițiativă sau poate veți fi ajutat de alți participanți, de pildă prin priviri enervate.
- Arătați-vă dezaprobarea printr-o mimică și o gestică adecvate (de exemplu priviri care sugerează îndoiala sau încruntându-vă).
- Faceți o remarcă indirectă (de exemplu: Mai există și alte păreri?).
- Faceți o remarcă directă (de exemplu : Puteți vă rog să reveniți la obiectul discuției ? Sau: Comportamentul dumneavoastră tulbură desfășurarea seminarului).
- Propuneți o discuție în pauza seminarului.
- Întrerupeți seminarul pentru a lămurii situația.

Important: Fiți mereu prietenos, dar ferm. Încercați să păstrați liniștea și să fiți mereu la obiect. Reacționați cu tact și nu fiți meschin. În calitate de trainer sunteți un model pentru atitudinea adoptată în cadrul seminarului.

FIȘA RESURSĂ 5

Indicatori pentru dinamica de grup

Indicatori pentru dinamica de grup pozitivă

- Implicarea activă a participanților;
- Participanții au inițiative proprii;
- Participanții lucrează intens pentru a realiza sarcinile care le-au fost atribuite;
- Folosesc un ton pozitiv al vocii;
- Participanții își asumă responsabilitatea pentru managementul timpului lor și pentru program;
- Atitudine morală pozitivă;
- Atmosfera generală (deschidere, comunicare, pozitivă);
- Participanții respectă regulile de acordare și primire a feedback-ului;
- Comunicare suportivă (ascultare activă, empatie etc.);
- Participanții demonstrează respect reciproc.

Indicatori pentru dinamica de grup negativă

- Tonalitate negativă a vocii;
- Tăcere (poate indica lipsa de interes sau de înțelegere, conflict, oboseală, plictiseală, timiditate);
- Nivel scăzut de implicare;
- Inițiativă minimă sau inexistentă (participanții așteaptă să li se spună/să li se ceară să facă totul);
- Chicoteală (poate indica disconfort față de subiect);
- Sarcasm (poate indica lipsa de satisfacție/frustrarea față de formator, grup, activitatea de instruire);
- Conflict deschis (în orice combinație între formator și participanți);
- Participanți care evită să privească persoana care vorbește sau ignoră anumite persoane
- Comunicare defensivă;
- Modul în care participanții se implică (se ceartă, se opun constant; se retrag, șușotesc, părăsesc grupul; se abat constant de la subiect);
- Atitudine morală negativă;
- Încercările unor membrii de a controla deciziile și/sau de a-și impune voința sau valorile față de ceilalți membrii ai grupului;
- Atmosferă generală (defensivă, rezervată, negativă);
- Mai degrabă confruntare decât oferire de feedback conform regulilor.

Surse bibliografice

1. Uwe Stark, Arnd Weishaupt. Formarea formatorilor: Cum să faci seminare și ateliere reușite în calitate de formator. Material auxiliar pentru seminarele de pe 2./3. mai 2011 și 16./17. mai 2011 de la Institutul Național al Magistraturii, București.
2. Formare de formatori pentru instruirea mediatorilor sanitari romi în domeniul sănătății reproducerii : manual pentru participanți / Institutul de Cercetare și Formare JSI - București: Speed Promotion, 2007.

MODULUL 2.3. Motivarea adulților pentru învățare

SCOP

Consolidarea competențelor profesioniștilor pentru activitatea de formare în lucru cu adulții.

OBIECTIVE

La la finele activităților din modul participanții vor fi capabili:

- să identifice motivele personale pentru învățare;
- să determine barierele adulților în procesul de învățare și să susțină depășirea lor;
- să stimuleze adulții pentru dezvoltare personală și învățarea pe parcursul vieții;

DURATA 120 min

MATERIALE NECESARE

- Foițe cu lipici de 4 culori (post-it)
- Coli flipchart, markere
- Fișe resursă

SCENARIUL

1. Exercițiu de evocare **Susținerea peretelui (10 min)**

- Explicați că, în cadrul acestei activități, fiecare are dreptul de alegere și decizie personală. Se anunță că grupul va decide când va lua sfârșit jocul. Facilitatorul nu se va implica în fixarea duratei activității.
- Invitați grupul să se aranjeze într-o linie la o distanță mică în fața unui perete.
- Suspunește-le că peretele se menține doar de câteva fire de ațe și poate fi sprijinit numai cu privirea.
- Un voluntar rămâne în afara grupului și va avea rolul de a-i convinge pe ceilalți că este inutil să susțină peretele.
- Jocul se va termina când va decide grupul.

Discuții:

- Cum v-ați simțit în decursul acestei activități?
- Ce s-a întâmplat, de fapt, în acest joc?
- Cum s-a simțit în rolul său persoana care trebuia să convingă grupul?
- Care au fost strategiile de presiune?
- Ce v-a făcut să renunțați să mai suțineți peretele?
- Ce v-a făcut să susțineți în continuare peretele?
- V-a fost ușor sau dificil să luați decizia într-o situație de presiune?
- Ce lucruri noi ați învățat?
- Ce abilități ați dezvoltat în cadrul acestei activități?
- Cum puteți aplica în viața de zi cu zi aceste abilități?

2. Activitate individuală **Completare fraze (10 min)**

- Repartizați fiecărui participant câte o fișă cu fraze neterminate. (Fișa resursă 1)
- Fiecare lucrează individual timp de 3 min.
- Formează grupuri câte 4 persoane și relatează experiența frazelor completate.

d) Participanții sunt solicitați să identifice asemănările și diferențele.

Discuții:

- Ce semnificație are acest exercițiu pentru voi?
- Ce a fost ușor și ce a fost dificil în completarea fișei?
- Cum v-ați simțit în discuția din grupuri?
- Ce ați învățat din această experiență?

3. Activitate de grup (25 min)

- a) Repartizați participanților câte două foite cu lipici de culori diferite.
- b) Rugați participanții să noteze pe o foită cu lipici ce motivează adulții să învețe (se apelează la experiența proprie). Pe o altă foită cu lipici – să noteze cu ce obstacole sau bariere se confruntă care nu le permite să realizeze o învățare eficientă. Apoi, să lipească foitele pe două coli de flipchart.
- c) Repartizați participanții în grupuri. Fiecare grup va primi câte o sarcină.
- ✓ Grup 1: Analizați și generalizați motivele învățării la adulți, în baza răspunsurilor.
 - ✓ Grup 2: Analizați și generalizați barierele în calea învățării la adulți, în baza răspunsurilor.
 - ✓ Grup 3: Stabiliți nivelele de memorare/ învățare.
 - ✓ Grup 4: Stabilesc principiile învățării.

La necesitate completați răspunsurile cu informația din Fișa resură 2, 3.

Pentru grupurile 3, 4 decupați din Fișa resursă 4.

Discuții:

- Ce ați învățat din această experiență?
- Care este sensul celor învățate?
- Cât de semnificativ este pentru fiecare din voi?
- Ce concluzii putem trage de aici?
- Cum puteți aplica lucrurile noi învățate în munca sau viața voastră?
- Ce credeți că va fi cel mai greu? Dar ce va fi mai ușor?
- Caracteristicile specifice învățării la adulți menționate mai sus, sunt specifice și pentru populația romă? Argumentați răspunsul?

4. Activitate Beneficii și costuri (45 min)

- a) Asigurați-vă că aveți suficiente post-it-uri de două culori (ex verde și galben) de aceeași mărime (pentru fiecare grup pregătiți cel puțin de 5 ori mai multe decât numărul participanților în grupă) și două coli de flipchart, una pentru Beneficii și cealaltă pentru Costuri.
- b) Oferiți următoarele instrucțiuni: *Gândiți-vă la experiența dumneavoastră de învățare. Notați pe post-it-uri acele lucruri pe care le considerați a fi beneficii, respectiv costuri. Folosiți cele verzi pentru beneficii și cele galbene pentru costuri. Folosiți atâtea post-it-uri de câte aveți nevoie. Notați câte un beneficiu sau câte un cost pe fiecare post-it în parte. Când ați terminat, lipiți fiecare post-it cu beneficii pe coala aceasta de flipchart (indică), iar cele cu costuri pe coala aceasta (indică). Persoana care termină prima își va lipi post-it-urile vertical. Persoanele următoare își vor lipi post-it-urile vertical dacă acestea conțin categorii diferite față de cele identificate de prima persoană și orizontal dacă beneficiile sau costurile identificate corespund cu cele identificate de prima persoană.*
- c) Lăsați participanții să scrie cât doresc ei în funcție de timpul de care dispuneți.

d) După ce fiecare post-it a fost lipit, organizați o sesiune de discuții în care să analizați ceea ce au notat cursanții.

Discuții:

- Ce ați descoperit în acest exercițiu?
- Ce există comun în ce privește beneficiile învățării?
- Ce există comun în ce privește costurile învățării?
- Ce ați învățat din acest exercițiu?
- Cum puteți aplica un astfel de exercițiu în lucru cu adulții de etnie romă?

5. Activitatea de grup *Strategii de motivare* (30 min)

Repartizați participanții în 4 grupuri. Soliocitați participanților să elaboreze strategii de motivare a adulților pentru învățare.

- ✓ Grup 1– pentru persoanele care doresc să se dezvolte, dar eșuează la oricare încercare.
- ✓ Grup 2– pentru persoanele care nu neagă necesitatea învățării pe parcursul vieții.
- ✓ Grup 3– pentru persoane care s-au dezamăgit în dezvoltarea personală și profesională.
- ✓ Grup 3– pentru tineri romi care au potențial dar nu văd sens în învățare.

Prezentarea grupurilor.

Completarea cu informații din fișa resursă 5.

Discuții:

- Ce ați învățat din această experiență?
- Care este sensul celor învățate?
- Cât de semnificativ este pentru fiecare din voi?
- Ce concluzii putem trage de aici?
- Cum puteți aplica lucrurile noi învățate în munca sau viața voastră?
- Ce credeți că va fi cel mai greu? Dar ce va fi mai ușor?

FIȘA RESURSĂ 1

Fraze neterminate

1. Învăț deoarece
2. Cel mai bine memorez din
3. Învăț atunci când.....
4. Mă motivează să învăț.....
5. Mă opresc din învățare atunci când.....
6. Nu reușesc să învăț deoarece.....
7. Experiența pentru mine înseamnă.....
8. Nu pot învăța deoarece.....
9. Vreau să învăț despre.....
10. Am posibilitatea să învăț despre.....

FIȘA RESURSĂ 2

Motivele învățării la adulți

Cea mai mare parte a adulților învață din două motive: pentru că *vor* și pentru că *trebuie*. Conform Teoria învățatului la adulți (Malcolm Knowles, 1973) sunt șase premise:

- Adulții **vor să stie de ce** trebuie să învețe ceva. Abia apoi sunt dispuși să investească timp pentru a învăța. Ei verifică mai ales dacă o sarcină și un conținut didactic sunt relevante pentru ei, dacă sarcina nu este prea grea pentru ei.
- Situația în care adulții învață este marcată de **percepția lor despre sine** ca ființe autonome și responsabile.
- Adulții vin la un seminar cu un bagaj bogat de **experiențe** cu care pot contribui la seminar.
- Adulții sunt dispuși să învețe mai ales când este vorba despre conținuturi **pe care le pot întrebuința în munca lor de zi cu zi** și care le sunt de ajutor.
- Adulții sunt dispuși să investească multă energie în învățarea acelor conținuturi care îi pot ajuta **în sarcinile concrete sau în rezolvarea unor probleme**.
- Adulții reacționează mai mult la **motivația internă** decât la stimulii exteriori.

Condiții de învățare la adulți

-
- | | |
|---|---|
| • Dacă trebuie | • Dacă pot să se exprime și să facă greșeli fără frica de ridicol sau cenzură |
| • Dacă vor | • Învață mai bine de la formatorii care îi respectă și îi tratează ca adulți |
| • Dacă pot avea un oarecare control | • Dacă există relevanță și importanță pentru viața și munca sa |
| • Dacă există echilibru între predare și instruire practică | • Dacă constată aplicabilitate practică imediată |
| • Dacă experiența lor poate fi folosită și este prețuită | |
| • Realism | |
-

Motivarea adulților pentru învățare

Un alt aspect de o importanță incomensurabilă a instruirii adulților este motivația, ce diferă mult de cea a copiilor. Și asta, pentru că aceste două categorii de vârstă au surse de motivație variate.

Sursele motivaționale ale adulților:

- *relațiile sociale:* adulții vin la cursuri sau activități instructive pentru a-și face noi prieteni sau pentru a fi împreună cu prietenii/colegii/rudele;
- *expectațiile sociale:* adulții se angajează în activități instructive la insistența unei autorități, la recomandările soțului, la sugestiile prietenilor;
- *bunăstarea socială:* pentru a-și dezvolta disponibilitatea de a fi în serviciul comunității, de a fi util societății, adulții fac cursuri fără tangențe cu profesiunea de bază;
- *avansarea profesională:* adulții se angajează în procesul de instruire pentru a obține beneficii materiale, avansare profesională, prestigiu social, pentru a ține piept concurenței;
- *refugiu sau stimulare:* pentru a scăpa de plictiseală, pentru a evita rutina de acasă sau de la serviciu, adulții își găsesc salvarea în învățare;
- *interes cognitiv:* majoritatea adulților învață de dragul învățării, caută informații noi pentru a-și satisface curiozitatea.

Constatările diverselor studii vin în sprijinul ideii că acele condiții care sprijină experiențele indivizilor legate de *autonomie, competență (performanță) și relaționare* conduc la cele mai ridicate grade de motivație și de angajare de durată în învățare, inclusiv la învățare autodirijată, la străduința pentru performanțe academice superioare, la învățare susținută, creativitate și bunăstare.

Condiții de motivare ca puncte esențiale ale strategiilor, metodelor și activităților de învățare:

- ✓ Auto-dirijarea (autonomie);
- ✓ Împărtășirea simțului de proprietate asupra organizării învățării (autonomie și relaționare);
- ✓ Angajare activă în învățare (relaționare, competență/ performanță);
- ✓ Aplicabilitate imediată a celor învățate (competență/ performanță);
- ✓ Recunoașterea realizărilor cursantului (competență/ performanță, relaționare);
- ✓ Mediu afectiv definit de sprijin pentru individ (relaționare).

FIȘA RESURSĂ 3

Bariere în calea învățării adultului

Pornind de la premiza că un eveniment de instruire este în primul rând o experiență prin care participanților le sunt oferite oportunități valoroase de dezvoltare, este important ca un trainer să fie conștient de un șir de bariere ce ar putea împiedica învățarea la adulți.

- **Experiența anterioară** – Orice experiență de învățare are drept obiectiv oferirea de noi cunoștințe și formarea de noi abilități care, deseori, sunt în contradicție cu experiența anterioară a unuia sau mai multor participanți.
- **Lipsa încrederii** – Simțul critic, care este foarte dezvoltat la adulți, creează o anumită lipsă de încredere orientată către noua informație, sau către persoana formatorului. Sarcina acestuia din urmă este de a crea încrederea pentru realizarea obiectivelor evenimentului de instruire.
- **Lipsa motivației** – Deseori, participanții la un eveniment de instruire nu manifestă nivelul de motivație necesar. Acest fapt se datorează atât multitudinii de preocupări personale și profesionale pe care le are un adult, cât și factorilor de ordin atitudinal și valoric.
- **Frica de eșec** – Deoarece pentru adulți este foarte important ca efortul pe care-l investesc în învățare să ducă la rezultate palpabile, frica de eșec reprezintă un impediment ce deseori afectează procesul evenimentului de instruire, căci orice posibilă nereușită ar însemna irosire de timp și efort. La fel, frica de eșec este cauzată și de rolul individului în cadrul unui grup și de natura relațiilor deja stabilite.
- **Lipsa de interes** – Fiind în mare parte similară cu lipsa motivației, această barieră este generată de imposibilitatea și chiar incapacitatea de a vedea utilitatea învățării pentru performanța ulterioară.
- **Frica de schimbare** – Deoarece fiecare individ are un set de valori și atitudini personale bine format, este deseori dificil de condiționat o schimbare, fie și minoră, în acestea, schimbare care ulterior va duce la modificarea performanței în sensul dorit. Oricărui individ îi este dificil să-și modifice deprinderile și nedorința, conștientizată sau nu, se transformă deseori în manifestări ce denotă frica de schimbare.
- **Lipsa timpului** – Indiferent dacă sunt cursuri serale sau de scurtă durată, oricum, somează adultul să „piardă” ceva timp (să piardă câștigând, de fapt);
- **Responsabilități familiale** – Grija pentru copii, relațiile cu soțul/soția, obligațiunile casnice etc. „fură” prea mult din timpul predestinat studiilor;
- **Organizarea orarului** – Obligațiunile de serviciu, familia necesită mult timp, iar implicarea în procesul de studiu implică și modificări de orar și sacrificii etc.;
- **Probleme de motivație** – Adultul trebuie să învețe deoarece este forțat să o facă;
- **Tehnici greșite de abordare** – Fiind în mare parte determinate de experiența și măiestria formatorului, tehnicile utilizate în procesul de instruire influențează în modul direct implicare participanților și determină gradul de realizare a obiectivelor instruirii.

Factorii principali care împiedică motivarea adulților tineri

Factorii individuali care împiedică motivarea, includ:

- ✓ Presiunea, teama de eșec sau teama de a învăța (legat în particular de experiențe negative din școală);

- ✓ Păreră despre sine scăzut[;
- ✓ Dificultăți de sănătate mintală sau fizică;
- ✓ Lipsa unei perspective / direcții;
- ✓ Lipsa obiectivelor / aspirațiilor și lipsa îndrumării;
- ✓ Dificultatea de a se concentra și angaja la curs;
- ✓ Comportament pretențios;
- ✓ Abilități scăzute;
- ✓ Nivel scăzut de calificare;
- ✓ Lipsa abilităților recunoscute.

Factorii contextuali care împiedică motivarea, includ:

- ✓ Lipsa empatiei între profesor și elev, care duce la o relație de învățare ineficace;
- ✓ Mediu de învățare neadecvat și necorespunzător, cum ar fi o sală zgomotoasă, lumină slabă, scaune și mese neconfortabile și nepotrivite;
- ✓ Metode didactice care sunt considerate nerelevante și care nu inspiră;
- ✓ Lipsa varietății și/sau a ritmului oportunităților de învățare, disponibile;
- ✓ Circumstanțe familiale, în mod particular dificultăți și schimbări în mediul familial, de exemplu presiune nerealistă, despărțirea părinților, nașterea unui frate/soră, îmbolnăvirea sau moartea subită a unui membru al familiei;
- ✓ Lipsa timpului de a se angaja în învățare (deseori rezultatul altor priorități competitive, cum ar fi necesitatea de a avea grijă de copii sau necesitatea de a câștiga bani);
- ✓ Orar neadecvat al cursurilor, care nu ține cont de responsabilitățile/angajamentele persoanelor tinere.

Factori socio-economici care împiedică motivarea, includ:

- ✓ Lipsa resurselor financiare și a mediului socio-economic adecvat (experiențe și perspective slabe pe piața muncii, circumstanțe materiale și financiare slabe, perspective de sănătate slabe și lipsa participării sociale și politice);
- ✓ Clasa socială, vârsta, și fundalul etnic/cultural pot avea un impact de discriminare percepută în învățare și asupra motivării de a se angaja în învățare;
- ✓ Presiunea de la cei de-o seamă;
- ✓ Stilul de viață complex, incluzând insecuritatea domiciliară, datoriile, abuzul de substanțe, comportament antisocial și/sau ofensator;
- ✓ Internalizarea șomajului și rezultate slabe ca stil de viață, întărit prin experiențe proprii (în particular printre persoane tinere);
- ✓ Lipsa transportului;
- ✓ Nivel scăzut de educație și calificare ale părinților care duce la lipsa de respect/valoare pentru învățare între generații.

Pentru unii adulți tineri, factorii care împiedică motivarea pot fi singurari și constanți. Dar, pentru alții, factorii care împiedică motivarea pot fi diverși și complecși, fiind din toate cele trei categorii descrise mai sus. Acolo unde este cazul, depășirea unor astfel de factori poate fi, în particular, foarte dificilă.

În aceste cazuri, este cu atât mai important ca toate serviciile care se ocupă de adultul tânăr să folosească în comun informațiile și să conlucreze, pentru a genera o schimbare sustenabilă, îmbunătățire continuă și succes.

FIȘA RESURSĂ 4

Nivele de memorare ✂

10%	DIN CE CITESC
20%	DIN CE AUD
30%	DIN CE VĂD
50%	DIN CE AUD ȘI VĂD
70%	DIN CE SPUN ȘI SCRIB
90%	DIN CE POVESTESC DESPRE CE FAC

Principiile învățării ✂

CE ASCULT,	UIT.
CE AUD ȘI VĂD,	ÎMI AMINTESC.
CE AUD, VĂD ȘI DISCUT CU ALȚII,	ÎNCEP SĂ ÎNȚELEG.
CE AUD, VĂD, DISCUT CU ALȚII ȘI FAC,	MĂ AJUTĂ SĂ ÎNVĂȚ.
CEEA CE ÎI INVĂȚ PE ALȚII,	STĂPÂNESC DEPLIN.

Principiile facilitării procesului instruirii adultului

- ✓ *Respect* (adultii învață mai bine de la formatorii care îi respectă și îi tratează ca adulți).
- ✓ *Relevantă* (ceea ce învață adultul trebuie să fie relevant, să aibă importanță pentru viață și munca sa).
- ✓ *Aplicabilitate* (ceea ce învață adultul trebuie să aibă aplicabilitate practică imediată).
- ✓ *Învățare prin exersare* (adultii rețin aproximativ 20% din ceea ce aud, 40% din ceea ce aud și văd și 80% din ceea ce fac sau descoperă singuri).
- ✓ Adultii au mai multă încredere în ceea ce *descoperă* ei înșiși decât în informațiile prezentate de alții.
- ✓ Procesul de învățare este mult mai eficient atunci când se desfășoară *activ*, decât atunci când este un proces pasiv.

Aspecte ale memorării:

- × reținem mai ușor partea de început a unui material/ eveniment;
- × fără repetare uităm rapid (după 24 ore);
- × reținem ușor lucrurile neobisnuite;
- × reținem mai ușor partea de final a unui material/ eveniment.

FIȘA RESURSĂ 5

Strategii de motivare a adulților

Adulții prefera situațiile de învățare care:

- Sunt practice și directe la obiect, de aceea :
 - × Utilizați prezentări generale, rezumate, exemple și istorisiri.
 - × Aprofundați cât mai multe sensuri posibile.
 - × Planificați și acordați timp aplicațiilor referitoare la noile informații.
 - × Elaborati activitati in grup pentru rezolvarea problemelor.
 - × Anticipați problemele care ar putea interveni, oferiți sugestii.
 - × Folosiți strategii de învățare activă, care presupun implicarea tuturor studenților.
 - × Nu deveniți teoreticieni.

- Promovați-le respectul de sine, deci:
 - × Furnizați activități pe grupuri, activități cu risc scăzut.
 - × Furnizați un mediu de învățare neamenințator, începând cu orientarea eficientă.
 - × Creați o atmosferă neprotocolară, prietenoasă și neincercată.
 - × Planificați construirea gradată a succesului.
 - × Ajutați studentul adult, să devină mai eficient și competent.
 - × Îmbunătățiți atmosfera de cooperare și colaborare între participanți.
 - × Furnizați feedback prompt, constructiv și în mod continuu.
 - × Nu uitați că procesul de învățare depinde de respectul de sine.

- Integrați ideile noi, pe un fundal al cunoștințelor deja dobândite, deci:
 - × Amintiți-le ceea ce cunosc deja, legat de noile idei.
 - × Aflați ce cunosc despre subiectul în discuție.
 - × Aflați ceea ce și-ar dori să afle despre subiect.
 - × Construiți planul de lecție cu opțiuni multiple, astfel încât să se poate trece cu ușurință de la o idee la alta, dacă este necesar.
 - × Sugerați urmărirea ideilor și etapele următoare.
 - × Adaptați nivelul ales în predare la nivelul de dezvoltare al studentului.

- Arătați respect individului, deci:
 - × Fiți deschiși la nevoile lor de pauză, gustări reci, cafea, confort.
 - × Furnizați o experiență educațională de calitate și bine organizată în cadrul căreia timpul este folosit eficient.
 - × Împărtășiți agenda de lucru, rezultatele așteptate și presupunerile, solicitați participarea studenților în stabilirea lor.
 - × Apropați și recunoașteți cunoștințele, contribuția și succesul lor.
 - × Solicitați feedback, la activitățile curente, sau idei și oferiți oportunități ca ei să se implice.
 - × Răspundeți diversității de mentalități și stiluri de învățare ale studenților.
 - × Tratați fiecare student asemeni unei persoane foarte importante.
 - × Tratați fiecare student ca pe un egal.
 - × Atenție în alegerea cuvintelor și evitați cuvintele care pot fi percepute negativ.

- Construiți pornind de la experiența lor, deci:
 - × Nu ignorați ceea ce știți, deoarece reprezintă o sursă de informație pentru dvs.
 - × Planificați activități alternative astfel încât să se potrivească nivelului lor de experiență.
 - × Creați activități în cadrul cărora să-și poată folosi cunoștințele și experiența.
 - × Ascultați ce au de spus înainte, în timpul și după experiență.
 - × Oferiți-le posibilitatea să se debaraseze de obiceiuri mai vechi.

- Lasați-i să aleagă și să se ghideze singuri, deci:
 - × Construiți-vă planul lecției pe baza nevoilor studenților, comparați scopurile și realizările curente.
 - × Împărtășiți agenda de lucru, rezultatele și părerile.
 - × Întrebați-l ce știți referitor la subiectul în discuție
 - × Întrebați-l ce vor să știe referitor la subiectul în discuție.
 - × Construiți planul lecției pe baza de opțiuni, astfel încât să fie ușoară trecerea de la o abordare a subiectului la alta, dacă este cazul.
 - × Sugerați urmărirea ideilor și etapele ce urmează după încheierea cursului.
 - × Adaptați nivelul ales la nivelul lor de dezvoltare.

Surse bibliografice:

1. <http://www.proeducation.md/files/Perfectionarea%20cadrelor/exodul%20adultilor%20in%20instruire.htm>
2. Irmgard Demiroglu, Franjo Steiner Petra Beck, Margit Kreikenbom Alessandro Melillo (et.al.), *Modalități inovatoare de motivare a adulților pentru învățare*. Publicație a fost elaborată în cadrul proiectului Create-Motivate-Learn. Cluj-Napoca, 2011.
3. MoLeYa – Motivarea și Încurajarea Tinerilor Adulți pentru a Învăța. Ghid de motivare. 2010. http://www.euro-ed.ro/media/Ghid_de_motivarea_Moleya.pdf

CAPITOLUL III. ACTIVITĂȚI DE GRUP CU PĂRINȚII

Sugestii metodologice pentru organizarea și desfășurarea activităților de grup cu părinții

Acest ghid metodologic este adresat profesioniștilor implicați în intervenții cu populația romă, având scopul de a oferi linii directe de acțiune și intervenție în cadrul educației. Pentru a preveni abandonul școlar al copiilor de etnie romă, se intenționează de a influența pozitiv asupra părinților, care reprezintă pilon important în educația copiilor.

Educația parentală este o formă de intervenție socială, care urmărește să transmită părinților, prin intermediul cursurilor la care aceștia participă, cunoștințe și informații cu scopul dezvoltării abilităților și competențelor parentale care sunt eficiente pe termen lung.

Obiectivul principal al activităților de educație parentală:

- de a-i face pe părinți conștienți de importanța rolului pe care îl au în susținerea creșterii și dezvoltării acestuia;
- de a-și îmbunătăți sau modifica, chiar, unele cunoștințe, atitudini, înțelegeri/viziuni și practici de îngrijire și educație în conformitate cu recomandările psiho-pedagogiei moderne.

Organizarea activităților cu părinții

Prezentul program de educație parentală conține 11 module ce vor fi realizate cu părinții de etnie romă. Atelierele sunt interactive, conținând și aplicații cu caracter ludic, ce necesită un grad mare de implicare din partea părinților și facilitatorului.

Pentru a asigura participarea activă a părinților, se recomandă ca facilitatorul să trimită, anterior primei întâlniri, o scrisoare către părinți, prin care să-i invite să se implice în derularea programului. (Anexa 1)

Vă sugerăm să respectați structura fiecărui atelier, având posibilitatea totodată să fiți creativi, adaptând activitățile propuse la specificul grupului.

Pe parcursul implementării programului, indiferent la care etapă de implementare a acestuia sunteți, rețineți: la începutul fiecărei activități, pe măsură ce părinții intră în sală: vă salutați, vorbiți cu ei în grupuri de 2-3 persoane, despre ce li s-a întâmplat recent, despre vreme sau alte subiecte neutre, dar ușoare pentru conversație.

Evitați să stați de vorbă în grup cu colegii voștri, să ignorați intrarea părinților, să așteptați sosirea participanților fără să comunicați cu cei care au venit deja, oricât de obosit sunteți. Lipsa de comunicare dinainte de începutul ședinței se va reflecta negativ asupra cursului acesteia deoarece se va încuraja o închidere a canalelor de comunicare.

Așezați scaunele în cerc (această așezare reflectă poziții egale pentru toți participanții, totodată dă posibilitate participanților să se vadă reciproc). Dacă în sală mai sunt colegi ce vă ajută în timpul ședinței e bine să vă așezați în poziții diametral opuse, astfel încât să puteți să vă priviți permanent pentru a coordona eficient grupul.

Etapele procesului de formare

I. Identificarea și analiza nevoilor de formare:

Procesul de identificare a nevoilor de instruire cuprinde trei etape:

- identificarea problemei;
- recomandarea unei soluții pentru soluționarea problemei;
- evaluarea soluției propuse.

La identificarea problemei, accentul se pune mai mult pe nevoile de instruire a persoanelor, întotdeauna fiind legată de un cadru social, politic, economic și instituțional. Pentru a identifica/analiza corect necesitățile de formare, ar fi bine să ne orientăm după următoarele întrebări:

- *Ce voi face?* Vizează obiectivele de instruire, ce trebuie fixate și realizate (ce va ști să facă participantul procesului de instruire după realizarea cursului);
- *Cu ce voi face?* Resursele de care dispune sau trebuie să dispună formatorul (resurse umane, materiale de lucru, timp);
- *Cum voi face?* Stabilirea metodelor pentru atingerea scopurilor;
- *Cum voi ști dacă ce trebuia făcut a fost făcut?* Metodologia evaluării eficienței activității desfășurate.

II. Planificarea formării:

Specificul învățării la adulți influențează în mod decisiv procesul de planificare, organizare și desfășurare a evenimentului de instruire. Pentru asigurarea succesului acestuia e necesar ca formatorul să țină cont de un set de principii ce vor fi integrate în activitățile programului de instruire.

III. Organizarea formării:

La etapa dată se realizează următoarele:

1. elaborarea materialelor necesare formării (suport de curs);
2. elaborarea agendei atelierului de instruire: timpul alocat, subiectele, metoda folosită, materialele necesare, persoana ce va prezenta subiectul.

Planul poate fi realizat în formă desfășurată sau tabel, de exemplu:

<i>Timpul alocat</i>	<i>Subiect/tema</i>	<i>Descriere</i>	<i>Metoda</i>	<i>Materiale necesare</i>	<i>Persoana responsabilă</i>

3. pregătirea sălii:

Atunci când folosim o anumită așezare, ar trebui să avem în vedere:

- numărul de participanți;
- subiectul/tema cursului ce presupune un anumit aranjament;

- mărimea sălii;
 - posibilitatea ca participanții să se vadă, să interacționeze;
 - comoditatea participanților ;
 - barierele fizice ce pot fi înlăturate.
4. verificarea echipamentelor și a materialelor:
- Ar fi de dorit ca formatorul să vină mai devreme în sala de curs și să verifice în primul rând funcționarea echipamentelor;
 - Verificați hârtia flipchart disponibilă, dacă cariocile scriu etc. Puteți să completați primele foi flipchart, preferabil înainte să sosească participanții;
 - Verificați dacă există tot necesarul de consumabile care vă trebuie, dacă materialele pentru participanți sunt multiplicat în numărul și ordinea corectă;
 - Faceți ultimele corectări și modificări, astfel încât, atunci când participanții vor sosi în sală să fie totul gata și să-i puteți primi cu zâmbetul pe buze.

IV. Desfășurarea formării:

Pentru desfășurarea unui curs de formare e necesar de orientat în conformitate cu următoarele:

a. Stabilirea unui climat pozitiv cu participanții:

- prezentarea formatorului și a participanților (vezi Anexa 2 *Activități de prezentare și de cunoaștere interpersonală*);
- implicați participanții în mici discuții;
- provocați interesul participanților;
- manifestați încredere față de abilitățile și cunoștințele participanților.

b. Prezentarea cursului de formare:

- stabiliți obiectivele și modalitățile de evaluare a stagiului de formare;
- explicați importanța atingerii obiectivelor;
- precizați noii termeni.

c. Demonstrarea sarcinilor pe care participanții le vor avea de atins la finalul cursului de formare:

- prezentarea generală a modalităților de îndeplinire și atingere a sarcinii;
- scoateți în evidență punctele importante ale atingerii sarcinii;
- oferiți explicații întrebărilor participanților;
- repetați demonstrația dacă e cazul;
- reluați principalele etape de realizare a obiectivelor.

d. Îndrumarea participanților în vederea atingerii sarcinilor stabilite:

- realizarea sarcinilor de către participanți;
- asigurați securitatea operațiilor și siguranța echipamentului utilizat;
- îndrumați participanții (dacă e necesar);
- încurajați participanții (feedback).

e. Asistarea participanților să atingă individual sarcinile:

- supravegheați participanții și nu părăsiți sala de curs (dacă nu e necesar);
- reduceți gradul de îndrumare a participanților;
- interveniți doar în caz de necesitate.

f. Testarea performanțelor participanților:

- utilizați o listă de testare a performanțelor.

g. Evaluarea rezultatelor obținute:

- informații participanții despre rezultatele obținute;
- adoptați o atitudine pozitivă și încurajatoare.

Nu uitați să vă încadrați în timp!!!

V. Evaluarea/revizuirea formării

Evaluarea e un proces de colectare, prelucrare și interpretare a datelor obținute prin intermediul instrumentelor de evaluare, scopul fiind analiza rezultatelor formării. Acest proces va contribui la îmbunătățirea formării sau planificarea acțiunilor ulterioare pentru consolidarea competențelor specialiștilor. Evaluarea e una dintre cele mai dificile etape ale muncii formatorului, presupunând: *măsurare* (prin instrumente de măsurare); *interpretare și apreciere a rezultatelor* (după criterii); *luarea deciziei* (prin judecata expertă).

Cel mai cunoscut instrument de evaluare a trainingului e *chestionarul*, un set structurat de întrebări formulate în scopul obținerii de informații de la participanți. Chestionarul e o anchetă ce se desfășoară pe bază de chestionar scris, reprezintă o listă de întrebări ce se referă la obiectivele urmărite. Întrebările sunt expuse într-o anumită ordine, pentru a obține răspunsuri la aceeași problemă, de la un număr cât mai mare de respondenți.

Organizarea sesiunii de formare

O sesiune de formare va dura aproximativ 90 minute și va avea următoarea structură:

- **ÎNCALZIREA** (10-15 min) E un mijloc de a prezenta tema, forma sau materialul activității pe o cale fizică și/sau verbală. Încălzirea pregătește participanții pentru activitate, îi înviorează sau relaxează și le oferă unele clarificări. Încălzirea nu trebuie să fie în mod obligatoriu fizică.
- **PARTEA DE BAZĂ** (60-70 min) Partea de bază solicită mai multă concentrare și implicare din partea părinților. Partea de bază asigură însușirea sensului activității.
- **EVALUAREA** (10-15 min) Evaluarea, de regulă reprezintă partea finală a părții de bază, cu scopul de a trece în revistă ce a fost făcut înainte. Evaluarea poate presupune adresarea întrebărilor de tipul: „V-a plăcut activitatea? Ce v-a plăcut mai mult în timpul activității?” etc. sau în unele cazuri demonstrarea obiectului pregătit sau creat de către copii împreună cu părinții lor în partea de bază;
- **ÎNCHEIEREA** Încheierea e finalizarea clară a activității, astfel încât participanții să înțeleagă că aceasta a luat sfârșit. În încheiere, facilitatorul mulțumește părinților pentru participare și anunță data și ora când va fi organizată următoarea activitate.

În suportul de curs sesiunile de formare (module) sunt prezentate după următoarea structură:

- ✓ Obiective
- ✓ Timp de lucru
- ✓ Materiale necesare
- ✓ Scenariul
- ✓ Fișe resursă

Se recomandă de organizat sesiunile de formare *o dată în săptămână*, cu păstrarea zilei și orei de întâlnire. În așa fel, părinții au posibilitatea să-și organizeze activitățile lor.

Dimensiunea grupului de formare

Ideal ar fi ca la sesiunile de formare să participe ambii părinți, astfel încât întreaga familie să parcurgă același program de curs și fiecare membru să însușească aceleași cunoștințe direct de la formator. Efortul colectiv al familiei are un impact mai mare și o eficiență sporită în ceea ce privește schimbarea unor atitudini și deprinderi de educare a copilului. Practica demonstrează că familiile preferă de cele mai multe ori să delege unul dintre părinți pentru a participa.

Se lucrează eficient cu **grupe de 10-12 părinți**, deoarece se facilitează participarea lor la discuții și exerciții și o implicare mai activă la curs.

În situația în care părinții din grup au un nivel mediu de educație (maxim zece clase) se recomandă ca numărul maxim de membri să fie de 5-7, pentru a putea răspunde mai bine tuturor nevoilor și întrebărilor acestora. Este necesar să li se ofere acestor participanți explicații adecvate, bazate pe exemple practice și studii de caz, într-un limbaj care să excludă utilizarea termenilor de specialitate.

Metode aplicate în organizarea activităților de grup cu părinții

Organizarea și desfășurarea activităților de grup cu părinții are la bază principiile învățării experiențiale și a interacțiunii participative, unde beneficiarii au un rol activ, sunt implicați în sensul emiterii de idei cu privire la relaționarea pozitivă cu copilul, discută, pun la îndoială, argumentează.

- ✓ În acest sens, în cadrul întâlnirilor cu părinții vor fi utilizate mai multe metode de lucru necesare atât pentru realizarea coeziunii grupului - jocuri de intercunoaștere, jocuri energizante (Anexa 3), cât și metode pentru o bună înțelegere și aplicabilitate a informațiilor prezentate (demonstrația, jocul de rol, discuția, lucru individual, lucrul pe grupe mici) (Anexa 4).

Un punct important îl constituie împărtășirea experienței proprii, iar facilitatorul poate să încurajeze părinții, fiind primul care realizează acest lucru.

După realizarea activității/ exercițiului sau la final de sesiune se recomandă inițierea unei discuții prin care formatorul și participanții analizează activitatea, experiența creată de acea activitate, implicațiile în raport cu viața reală. Discuția sau debriefingul este un moment în care luați distanță de exercițiu, revedeți obiectivele prestabilite și folosiți timpul pentru a sintetiza idei, a trage concluzii și a pune întrebări legate de experiența unui exercițiu.

În cadrul unei activități educative, discuția de final este alcătuită dintr-o serie de întrebări care sunt construite succesiv. În suportul de curs sunt propuse astfel de întrebări.

Adesea, acest lucru înseamnă a porni de la experiența creată de exercițiu la a conceptualiza ceea ce s-a învățat. Aspecte prezente în debriefing:

- ✓ Acțiunile care s-au întreprins în timpul exercițiului;
- ✓ Emoțiile implicate;
- ✓ Dinamica grupului;
- ✓ Legătura cu viața reală;

- ✓ Extrapolare și conceptualizare.

Secvența logică

- ✓ Ce s-a întâmplat în timpul activității și cum s-au simțit?
- ✓ Ce au învățat despre ei înșiși?
- ✓ Ce au învățat despre aspectele abordate prin această activitate?
- ✓ Cum pot să continue și să folosească ce au învățat?

Ce trebuie să nu uitați:

- ✓ Debriefingul/ discuția este o parte centrală și foarte importantă a activității și necesită timp.
- ✓ Nu este o evaluare a activității.
- ✓ Își pierde sensul dacă nu este suficient sau este prea mult.
- ✓ Nu are scopul doar de a confirma obiectivele formatorului sau pentru a face legătura cu alte sesiuni.
- ✓ Trebuie planificat, însă poate fi flexibil.
- ✓ Nu trebuie să ne fie frică de discuție – aceasta este un moment în care oamenii reflectează asupra a ceea ce s-a întâmplat și ceea ce ei au învățat, în felul lor.
- ✓ Tăcerea e OK... dacă nu e sunetul audienței care doarme!

De asemenea, părinții primesc teme pentru acasă (cum ar fi analiza funcțională a unui comportament, observarea comportamentelor funcționale ale copilului în diverse contexte, întocmirea grilei de observare a abilităților emoționale ale copiilor, întocmirea unei liste de sugestii pentru petrecerea timpului liber cu copilul etc.).

Recapitularea, atât la final de sesiune, cât și la începutul fiecărei sesiuni (mai cu seamă pentru că nu toți părinții participă la toate sesiunile), este foarte importantă în desfășurarea sesiunilor.

La finalul programului de formare oferiți familiei/părinților diplomă de absolvire a cursului „Educația parentală”. Pe verso puteți scrie abilitățile pe care le dezvoltă sau un angajament al părinților.

Monitorizarea pe parcursul cursului

Este deosebit de important pentru formator să realizeze o monitorizare și evaluare a participării și a progresului participanților la fiecare sesiune de formare și nu doar la final de curs, pentru că există mai multe riscuri ce amenință buna derulare a cursului, și anume:

- Riscul de a „bombarda” părinții cu noțiuni pe care nu le înțeleg, de a le vorbi „criptat”, utilizând excesiv limbaj de specialitate, ceea ce îi poate determina să renunțe să mai participe la următoarele ședințe sau doar să participe fără o implicare activă.
- Riscul de a nu răspunde nevoilor specifice ale beneficiarilor de a le eroda interesul și încrederea față de principiile și beneficiile educației pozitive.
- Riscul de a crea confuzie și de a-i face pe participanți să acționeze greșit, ceea ce, ulterior, îi va convinge că tot ce știau ei era mai bine;
- Riscul de a nu mai participa la asemenea cursuri de instruire și de a respinge a priori principiile educației pozitive.

Monitorizarea pe parcursul cursului se poate realiza cu ajutorul unor fișe individuale de lucru pe care părinții le completează la fiecare sesiune, răspunzând la un set de întrebări, cu ajutorul temelor pentru acasă, a discuțiilor și întrebărilor, prin rezolvarea de exerciții, inclusiv pe baza unor studii de caz.

Această componentă de documentare a progresului înregistrat la fiecare sesiune de lucru, simultan cu consemnarea feedback-ului din partea participanților, este cea care permite adaptarea din mers a suportului de curs la nevoile participanților dar și învățarea continuă și îmbunătățirea sesiunilor de informare.

Motivarea părinților

Ca părinților să le fie încurajat comportamentul de implicare în programele de instruire a adulților este necesar ca aceștia să perceapă beneficiile acestor întâlniri și să se simtă confortabil emoțional la aceste întruniri.

Cum anunțăm părinții?

Pentru a participa la aceste întâlniri, este nevoie ca părinții să perceapă beneficiile directe ale sesiunilor, cum ar fi faptul că vor învăța cum să își rezolve dificultățile pe care le au în gestiunea anumitor comportamente ale copiilor sau că vor învăța să optimizeze dezvoltarea cognitivă, socială sau emoțională a copilului. Părinții au propriile întrebări și temeri despre cum să își educe copii, cum să reacționeze ca părinte în unele situații sau cum să îi ofere copilului un mediu cât mai sănătos, în care să se dezvolte.

Oferirea unui cadru în care părinții pot găsi răspuns la aceste întrebări este un beneficiu imediat al participării la aceste întruniri.

Motivele temerilor și îngrijorărilor părinților:

- ✓ fiind o activitate nouă, părinții nu au experiența unor întâlniri unde învață cum să fie părinți și ar putea să respingă ideea, deoarece nu își dau seama cum i-ar putea ajuta întâlnirile;
- ✓ unii părinți au avut experiențe negative cu școala și asociază acest program cu respectivele experiențe;
- ✓ unii părinți se pot simți jenați sau rușinați să vorbească despre dificultățile lor, gândindu-se că un părinte trebuie să știe întotdeauna ce să facă și să fie „perfect”;
- ✓ unii părinți pot avea convingerea că „nimeni nu îmi poate spune cum să îmi cresc copilul”, „nu am nevoie de sfaturi”.

Cum putem depăși aceste situații:

- ✓ prezentarea programului față-n față;
- ✓ prezentarea beneficiilor pe care le-ar putea transmite părinții ce au participat deja la întâlniri;
- ✓ pentru unii părinți va fi suficientă doar lectura unor materiale informative;
- ✓ aceste sesiuni nu sunt pentru toți părinții (unii au nevoie de programe specializate).

Cele mai frecvente nevoi de instruire ale părinților:

- ✓ disciplinarea și metode de gestionare/modificare a comportamentelor problematice;
- ✓ elemente de psihologia dezvoltării;
- ✓ abilități sociale și emoționale ale copiilor: managementul furiei sau a altor emoții negative intense.

Surse bibliografice:

Educația părinților/Ministerul Educației și Cercetării; UNICEF – Reprezentanța în România. – București: MarLink, 2006

MODULUL 3.1. Particularități de vârstă ale copiilor

SCOP

Consolidarea cunoștințelor participanților/părinților cu privire la particularitățile de vârstă ale copiilor în vederea facilitării interacțiunii și intervenției cu copilul

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să înțeleagă comportamentul copilului în corespundere cu particularitățile de vârstă;
- să specifice caracteristicile personalității copilului în funcție de etapa de vârstă;
- să identifice provocările etapei de vârstă și modalitatea de a interveni pentru a menține o relație pozitivă.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- imagini copii de diferite vârste;
- 5 plicuri în care sunt incluse particularitățile de vârstă ale copiilor pentru toate etapele de vârstă, decupate fișa resursă;
- 5 omuleți pe foi A3, fiecare corespunzând unei anumite perioade de vârstă (0-3 ani, 3-6 ani, 6-10 ani, 10-14 ani, 14-18 ani);
- Filmul „Particularități de vârstă ale copiilor” cadrul Curs de lecții video: Aspecte generale privind protecția copilului. <https://www.youtube.com/watch?v=Bo9eol36fpw>
- Clei-creion

SCENARIUL

1. Activitate de evocare *Imaginea de copil. (20 min)*

- În sală vor fi expuse pe podea sau pe mese imagini cu copii de diferite vârste, inclusiv imagini copii romi.
- Propuneți părinților să aleagă o imagine, care dorește. Nu există nici un criteriu de alegere. Deoarece numărul de imagini vor fi mai puține decât numărul participanților, atenționați că mai multe persoane vor alege aceeași imagine. Nu este obligatoriu să fie alese toate imaginile. Se vor forma mai multe grupuri, unde vor fi câte unul/ doi/ trei/patru persoane. Unele imagini s-ar putea să rămâne neatinse.
- Rugați părinții să discute de 3 min în grupurile mici timp după ce criteriu au ales imaginea, ce i-a făcut să aleaga imaginea.
- Se fac scurte prezentări în grup.

Discuții:

- Ce ați observat în această activitate?
- Ce aspecte legate de copii au ieșit la suprafață?
- Ce puteți spune despre imaginile care au rămas neatînse?
- Ce asocieri sunt între acest exercițiu și realitatea din societate?
- Dacă privim cu atenție aceste imagini, ce vârstă reprezintă copiii?
- Ce etape de vârstă cunoașteți?
- Ce reprezintă particularitățile de vârstă?
- De ce este important să cunoaștem particularitățile de vârstă specifice fiecărei etape?

2. Activitate de grup. Omuleții (20 min)

- a) Rugați părinții să se grupeze după etapele de vârstă, corespunzător imaginilor alese.
- b) Ghidați grupul pentru a forma echipe uniforme ca număr de persoane.
- c) Oferiți fiecărui grup câte un plic și câte o foaie A3 pe care este imprimat un omuleț și este specificată o anumită perioadă de vârstă.
- d) Rugați părinții să aleagă din multitudinea de fișe caracteristicile ce corespund perioadei indicate pe foaie A3 și să le înțeleagă.
- e) Inițiați o scurtă discuție despre procesul activității:
 - A fost ușor sau dificil să identificați caracteristicile etapei de vârstă?
 - Ce v-a ajutat să reușiți?
 - Dacă vom avea în față copiii de diferite etnie sau religii lista de caracteristici va fi similară sau diferită?
 - Atunci când discutăm despre particularitățile de vârstă la ce trebuie să atragem atenția / pe ce să punem accent pentru a facilita interacțiunea cu copilul?

3. Vizionarea filmulețului „Particularități de vârstă ale copiilor” (15 min)

Rugați părinții să coreleze caracteristicile identificate în activitatea precedentă și să completeze cu altele în baza filmului.

4. Activitatea de grup Provocările vârstei (35 min)

„Omuleții” vor fi afișați pe perete. Părinții sunt rugați să identifice provocările etapei de vârstă și cum ar trebui adulții să acționeze/ să intervină. Prin provocări se subînțelege acele modificări inevitabile ce au loc în plan fizic, afectiv, social, în personalitate, indiferent de copil. De regulă, aceste provocări sunt cel mai greu acceptabile de adulți. Atât adulții cât și copiii sunt nevoiți să facă față acestora. De modul în care se depășesc sau se rezolvă aceste provocări depinde dezvoltarea personalității copilului.

După prezentarea echipelor, oferiți completările și explicațiile de rigoare.

Discuții:

- De ce credeți că este important să cunoaștem provocările vârstei?
- Cum putem utiliza/ aplica această informație?
- Ce ați învățat din această activitate?
- Cum veți aplica cele învățate?

Temă pentru acasă

Timp de o săptămână observați comportamentul copilului dvs. și notați sau rețineți ce caracteristici specifice vârstei ați observat.

Observați cum reacționați dvs. la unele comportamente ale copilului. Gândiți-vă - aceste comportamente sunt specifice vârstei, sunt acele provocări ale vârstei?

Aplicați în practică sugestiile de la curs.

FIȘA RESURSĂ 1

PARTICULARITĂȚILE DE VÂRSTĂ ALE COPIILOR

Perioada 0-1 an – „Pruncia”

- este dependent total de persoana ce îl îngrijește
- se atașează mult de persoana ce îl îngrijește
- imită expresiile emoționale pe care le observă la părinți
- recunoaște persoanele apropiate din familie
- plânsul comunică despre ceva, ce are nevoie
- cunoaște mediul din jur prin atingeri
- spre sfârșitul perioadei, poate rosti primele cuvinte
- începe să meargă.

Perioada 1-3 ani – „Prima copilărie”

- se perfecționează mersul independent
- începe să mănânce și se îmbrăca singur
- începe să rostească corect cuvintele
- este curios și nerăbdător să afle cum funcționează fiecare lucru
- întreabă despre multe lucruri „De ce?”
- înțelege tot mai bine că este o persoană unică, separată de toți ceilalți
- dotește să se joace cu părinții
- apare *negativismul*, când copilul se opune prin plânsete, țipete făcând adevărate spectacole

Perioada 3-6/7 ani – „Vârsta preșcolară”

- folosește mult cuvinte ca „Eu”, „Mie”, „Al meu”
- tot ce îl înconjoară pe copil este însuflețit
- se integrează tot mai activ în mediul social și cultural din care face parte
- imită modele de viață și experiențe
- îi place să se joace în jocul de rol
- începe să înțeleagă ce înseamnă a respecta regulile unui joc și a fi corect
- dezvoltă independența și controlul comportamentului
- dezvoltă frici specific vârstei
- este sensibil la critici
- are nevoie de o „libertate controlată”

Perioada 6/7 – 11/12ani – „Vârsta școlarului mic”

- învață să scrie, să citească
- crește capacitatea de a povesti și de a crea povestiri
- se orientează în timp și spațiu
- devine mai atent și memorează informații școlare
- are o imaginația mai bogată
- simte că face parte dintr-un grup/ clasă/ școală
- devine tot mai sociabil, formează relații cu ceilalți copii

- devine mai puțin dependent de părinți și mai interesat de colegi
- apar prietenii prin apariția unor interese și activități comune
- se manifestă puternic spiritul critic și căutarea dreptății
- înțeleg și resimt tot ceea ce se întâmplă în familie (conflicte, certuri)

Perioada 11/12 – 14-15 ani – Vârsta pubertății

- are loc o creștere în înălțime și în greutate
- se produce maturizarea sexuală
- se dezvoltă nevoia de cunoaștere și dorința de a se informa
- folosește scheme, imagini, simboluri pentru a înțelege situații complicate
- gândește mai abstract și complex
- maturizarea sexuală dă naștere unor trăiri tensionate, confuzie și disconfort;
- stima de sine este instabilă
- se evaluează pe sine și devine conștient de aptitudinile sau talentele pe care le are
- dă dovadă de inițiativă și stabilire de scopuri
- tendință accentuate de independență, paralel cu manifestarea dorinței, nevoii de ocrotire și afecțiune din partea adulților
- devine rebel
- apare tendința de afirmare în grupul de semenii
- comportamentul față de părinți se schimbă, apare dorința de independență, de a-și petrece timpul liber cu cei de vârsta lor, ceea ce dă naștere, uneori la relaționări conflictuale.

Perioada 14-15 – 18-20 ani – „Adolescența”

- se constituie concepția despre lume și viață
- apare o dorință de cunoaștere și de a-și confrunța ideile
- devine egocentric, consideră că experiențele pe care ei le traversează sunt unice și caracteristice doar lor personal
- se formează propriul sistem de valori prin semnificațiile personale acordate conceptelor de justiție, reciprocitate, egalitate, demnitate etc.
- se dezvoltă capacitatea de comunicare și abilitățile sociale
- comportamentul dobândește caracteristici specifice sexului
- relațiile între băieți și fete, dar și relațiile în grupuri de același sex capătă o semnificație profundă
- scade autoritatea parentală
- pot apărea conflicte cu părinții, alți adulți cu privire la viziunea asupra vieții sociale

FIȘA RESURSA 2

Provocările prunciei

Nivelul dat de dezvoltare al copilului este pragul de trecere spre următoarea perioadă de dezvoltare. De obicei, se evidențiază trei aspecte importante:

- *Procesul stăpânirii mersului vertical*, care continuă și în copilăria fragedă.
- *Voința și afectele* – acestea sunt reacțiile de protest, opoziție și contrapunere personală față de alți oameni.
- *Vorbirea*. Perioada dată se caracterizează prin faptul că nu putem spune ferm – copilul vorbește sau nu. Trecerea copilului de la vorbirea autonomă, la vorbirea activă este considerată drept începutul unei noi perioade în dezvoltarea psihică și formarea personalității copilului.

Sugestii pentru a răspunde adecvat provocărilor vârstei:

- ✓ *Fiți cât se poate de răbdător cu copilul*. În această perioadă, copiii devin mai capricioși, însă această perioadă este doar o etapă trecătoare.
- ✓ *Ajutați copilul să formuleze corect cuvintele*. Repetați dumneavoastră înșivă cuvintele corect (de exemplu: dacă copilul spune la cuvântul „broscuță” – „boscută”, el nu conștientizează că nu vorbește corect, iar repetarea de către adult a cuvântului amuzant „boscută” îl induce pe copil în confuzie și nu-i oferă ocazia de învăța cuvântul corect).
- ✓ *Ajutați-l să exploreze spațiile noi*. Copilul, în perioada dată, va căuta să descopere noi teritorii. Permiteți-i copilului să pipăie lucruri noi, să intre în spații noi. Îl puteți conduce în acest sens, sprijinind-l de mână, conducându-l spre anumite locuri punctate de dumneavoastră.
- ✓ *Asigurați-i copilului un mediu de siguranță*. În această perioadă, copilul, deseori, cade dorind să stăpânească mersul vertical. Deseori, „trage” lucrurile pe care nu le poate ajunge, iar în aceste situații sunt posibile accidentări. Adultul trebuie să prevadă orice situație riscantă și să protejeze copilul.
- ✓ *Încălțați copilul în încălțăminte comodă*.

Provocările vârstei de 3 ani

- Una dintre cele mai importante laturi ale dezvoltării copilului de la 1 an până la 3 ani este dezvoltarea *conștiinței de sine*. Acum, copilul începe a se concepe pe sine ca pe un om ce există independent, care nu se schimbă odată cu schimbarea situației. Conștiința de sine îl face pe copil să își schimbe atitudinea față de sine și față de oamenii maturi din jur.
- Copilul începe a pretinde la aceeași libertate, la aceleași posibilități, care îi sunt specifice omului matur.
- Provocarea majoră constă anume în criza relațiilor sociale ale copilului, ce se manifestă prin contrapunerea dorințelor și intențiilor proprii, cerințelor înaintate de oamenii maturi din jur. Anume din aceste considerente apar primele dificultăți serioase în contactul adultului cu copilul, în interacțiunea și comunicarea cu el. Păstrarea atitudinii precedente din partea adulților duce la conflicte stabile în relațiile cu copilul și, din contra, schimbarea poziției adultului, faptul că copilului i se oferă independența posibilă în comportare duce la învingerea greutăților și asigură trecerea la perioada următoare de dezvoltare.

Sugestii pentru a răspunde adecvat provocărilor vârstei:

- ✓ *Abordați copilul printr-o atitudine de la egal la egal.* Odată cu atingerea vârstei de 3 ani, copilul trebuie tratat asemenea unui adult. El are nevoie de afirmare și adultul este persoana de referință în acest sens.
- ✓ *Evitați luptele de putere: exprimă-ți clar așteptările, fără să țipi. Oferă-i opțiuni simple și nu-i supraestima capacitățile. Dacă e necesar, încurajează-l să coopereze. Înțelege că treaba lui e să te pună la încercare;*
- ✓ *Ajutați-l să-și stăpânească sentimentele. Dacă lovește, învață-l să spună: „Sunt supărat/ furios!”. Explică-i: „Nu lovim.”, „Lovitura doare”. În jur de 2 ani și jumătate, va începe să devină empatic, pregătește-l din timp;*
- ✓ *Oferiți libertatea de a alege (de exemplu, dintre câteva variante de îmbrăcăminte, dintre câteva activități de joacă etc.). Pentru a nu scăpa de sub control comportamentului copilului, oferiți-i șansa de alegere de sine stătătoare, doar că dintre variantele propuse de dumneavoastră.*
- ✓ *Cereți părerea copilului atunci când mergeți la cumpărături, în special, când doriți să cumpărați ceva anume pentru el. Acest lucru îi va crește gradul de maturitate și responsabilitate.*
- ✓ *Implicați copilul în activitățile dumneavoastră mature (gătit, menaj, îngrijirea animalelor de casă etc.). Această implicare îl face să participe la viața socială, să învețe abilitățile caracteristice unui adult și, totodată, îi satisface necesitatea de a se considera un copil mare.*

Provocările preșcolarității

- Evenimentul cel mai important în viața copilului de 6-7 ani este *schimbarea poziției lui sociale* – preșcolarul devine elev. Odată cu aceasta, se modifică radical regimul și modul de viață al copilului, se schimbă statutul lui în familie, se lărgeste sfera lui de comunicare cu adulții; elevul intră într-un colectiv nou de semeni; activitatea lui dominantă nu este jocul, ci învățarea.
- Noua situație socială și activitatea de învățare pun în fața fostului preșcolar sarcini foarte mari: el trebuie să fie disciplinat, organizat, să depună zilnic eforturi volitive și intelectuale.
- Elevul de vârstă mică tot mai des este obligat să facă ceea ce trebuie și nu ceea ce își dorește. El trebuie să fie atent, să memorizeze, să analizeze, să compare, să facă generalizări. Toate aceste cerințe vin în contradicție cu capacitățile sale. Anume aceste contradicții au rol pozitiv foarte mare, odată ce ele devin forța motrice a dezvoltării psihice și a formării personalității elevului de vârstă mică. Prin urmare, vârsta dată este o perioadă de trecere de la copilăria preșcolară, la preadolescență.
- Pe parcursul acestor ani, se formează un șir de abilități noi, ce au lipsit la preșcolari – *comportamentul voluntar, capacitatea de a reflecta, autocontrolul și planificarea de sine stătătoare a acțiunilor.* Aceste abilități permit înfăptuirea cu succes a activității de învățare, iar, ulterior, vor contribui la însușirea cu succes a materialului de studiu din clasele superioare.

Sugestii pentru a răspunde adecvat provocărilor vârstei:

- ✓ *Pregătiți copilul, încă din timpul perioadei de vară, cu noul regim pe care îl va avea când va începe a merge la școală, în special, regimul de somn-veghe.*

- ✓ *Amenajați un loc special unde copilul își va putea pregăti temele și asigurați-i rechizitele necesare.*
- ✓ *Respectați drepturile lui de școlar. Copilul are nevoie de alocarea unui timp pentru efectuarea temelor pentru acasă, de pregătirea anumitor costume pentru celebrări sau învățarea poeziilor pentru concursuri. Aceste lucruri trebuie respectate și de către ceilalți membri ai familiei, astfel copilul se va simți încurajat în obținerea succeselor școlare.*
- ✓ *Întrebați copilul despre activitățile școlare, atitudinea lui față de învățător și față de colegii de clasă. Îngrijitorul trebuie să fie la curent cu ceea ce se întâmplă în mediul școlar ce influențează copilul.*

Provocările preadolescenței (12-13 ani)

- Preadolescența este etapa formării active a sistemului de interese, valori personale și orientări morale. Pe parcursul acestor ani, are loc o analiză profundă și o apreciere serioasă a experienței individuale deja acumulate, are loc determinarea poziției de viață, este revizuită atitudinea față de oameni și societate. Anume din această cauză, preadolescentului îi este caracteristic un comportament destul de specific, ce se manifestă, deseori, prin reacții neașteptate.
- Cauza principală a crizei din perioada preadolescenței constă în apariția unui *nou nivel al conștiinței de sine*, ce se caracterizează prin necesitatea și capacitatea preadolescentului de a se cunoaște singur pe sine ca o personalitate integră și originală, ce se deosebește mult de ceilalți oameni.
- Tendința de *autoafirmare, autorealizare și autoeducație*. Acestea sunt trebuințele de bază la vârsta dată.
- Capacitatea preadolescentului de *autoreflexie*, ce vine ca un mecanism de autocunoaștere orientat asupra lumii interioare. În această etapă, preadolescenții suferă foarte mult în legătură cu neajunsurile evidențiate în caracter, comportament și exteriorul fizic. Nemulțumirile preadolescentului, deseori, se exteriorizează prin conflicte atât cu semenii, cât și cu adulții.
- Formarea *poziției interioare a copilului*, adică atitudinea lui față de situația obiectivă în care se află și situația spre care el tinde. Anume poziția interioară determină atitudinea preadolescentului față de alți oameni și față de propria persoană.
- *Simțul maturității* - ocupă locul dominant în poziția interioară a preadolescentului. Pilonul acestei particularități a preadolescentului este trebuința acută de a fi matur, de a fi inclus într-o activitate specifică adultului, de a fi recunoscut de către toți ca personalitate matură. Pe de altă parte, realizarea acestei trebuințe într-o activitate serioasă, de regulă, preadolescentul nu îi face față. De aici, apare tendința spre așa numita „maturitate exterioară” – tendința de a-și schimba exteriorul, în conformitate cu moda, un interes demonstrativ față de sexualitate, folosirea băuturilor alcoolice, fumatul etc. De altfel, anume ultimele devin cauza principală a unor conflicte serioase dintre preadolescent și adulți.

Sugestii pentru a răspunde adecvat provocărilor vârstei:

- ✓ *Exprimați-vă părerea cu încredere, însă cu mult respect față de preadolescent.*
- ✓ *Ajutați preadolescentul să ajungă singur la anumite concluzii sau să ia decizii corecte, însă independent. Deseori, adulții, din dorința de a-și ajuta copiii și de a-i feri de greșeli, decid în locul lor considerând că au mai multă experiență de viață, iar asta*

le dă dreptul de a impune careva concluzii. Nu este de negat experiența unui adult, însă preadolescenții vor fi cu atât mai mult împotriva, în cazul în care nu li se cere o părere proprie. O concluzie este cu atât mai prețioasă, cu cât este mai mult bazată pe o experiență proprie.

- ✓ *Delegați preadolescentului anumite sarcini pentru care ar putea fi responsabil doar el și nu interveniți în îndeplinirea acestora.* Acest lucru dezvoltă nivelul de responsabilitate.
- ✓ *Oferiți sfaturi părintești preadolescentului.* Preadolescenții au nevoie în continuare de reguli și sfaturi din partea îngrijitorului. Chiar dacă, de cele mai multe ori, preadolescentul sfidează sfaturile și sugestiile adulților, totuși el tinde să țină cont de ele și chiar să le dea ascultare. În situația în care nu au ținut cont și au greșit, le crește respectul față de adulți. Iar dacă nu primesc sfaturi deloc, preadolescenții se simt neimportanți.
- ✓ *Continuați să mențineți regulile în familie cu anumite ajustări.* Deși, preadolescentul cere mai multă libertate, totuși regulile de bază nu sunt anulate, iar un comportament politicos și respectuos față de ceea ce este valoros pentru familie și societate trebuie păstrat.
- ✓ *Acceptați situația că preadolescentul nu mai este copil și cu cât va trece timpul, cu atât mai mult se va îndepărta de dumneavoastră.* Acest lucru nu înseamnă lipsă de respect sau recunoștință din partea preadolescentului, pur și simplu, el devine de sinestătător.
- ✓ *Sub nici o formă nu certați copilul în fața semenilor sau a altor adulți.* Aceasta poate conduce spre comportamente de răzvrătire sau de autoizolare.
- ✓ *Încercați să îi oferiți copilului mai multă libertate.* Nu îl controlați și nu îl supravegheați în mod excesiv. Aceasta poate duce fie la frustrare și conflicte, fie la dezvoltarea unei personalități dependente de îngrijitorul său.
- ✓ *Fiiți dispus să ascultați preadolescentul ori de câte ori va simți nevoia.* Este un mit că între părinți și preadolescenți există doar relații conflictuale. În majoritatea cazurilor îngrijitorii și copiii reușesc să construiască o relație de încredere reciprocă.
- ✓ *Apreciați realizările copilului și încurajați-l să ia decizii singur.* Acest lucru îl va ajuta să aibă mai multă încredere în sine și să depășească cu succes această perioadă de criză.

Surse bibliografice

1. CHEIANU D., RUSSU I., TURCHINĂ T., DUMBRVEANU V., [et al.]: Psihosociologia relației copil-profesionist în domeniul social: suport de curs. Ch.:S.n., 2015. 272 p.

MODULUL 3.2. Necesitățile, emoțiile și comportamentul copiilor

SCOP: Conștientizarea de către părinți a importanței satisfacerii necesităților copilului.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să identifice necesitățile copiilor;
- să stabilească legătura dintre necesitățile copilului și comportamentul acestuia;
- să analizeze importanța satisfacerii fiecărei necesități;
- să stabilească relația dintre nesatisfacerea necesităților și vulnerabilitățile copilului;

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- foi flipchart, markere
- studiile de caz din Fișa resursă 3
- filmulețul „Nevoile copiilor” din cadrul Curs de lecții video: Aspecte generale privind protecția copilului. <https://www.youtube.com/watch?v=Bo9eol36fpw>

SCENARIUL

1. Activitatea *Universul copilului* (25 min)

- Părinții sunt repartizați în 3-4 grupuri.
- Repartizați fiecărui grup câte o coală de flipchart și markere. Rugați grupurile să deseneze în centrul foii o floare (un copac, o pasăre, un animaluț) înconjurată de soare, vânt și alte elemente. Fiecare grup va avea desenul său.
- Explicați participanților că ei trebuie să identifice nevoile florii/ copacului/ păsării/ a animaluțului în comparație cu cele ale omului.
- Un reprezentant din partea fiecărui grup prezintă ideile scrise.
- Rugați prezentatorii să formuleze discursul cu mesaje de genul: „Așa cum floarea are nevoie de soare, copilul are nevoie de dragoste”.

Discuții:

- Cum v-ați simțit în timpul activității?
- Ați descoperit ceva nou despre nevoile copiilor?
- Ce credeți că stă la baza nevoilor? De unde credeți că vin ele?
- Cum depinde dezvoltarea unui copil de satisfacerea necesităților?
- Cum credeți, ce s-ar întâmpla dacă nu ar fi satisfăcute unele nevoi?
- Cine sunt responsabili de satisfacerea necesităților copiilor?
- Credeți că unele necesități se pot schimba în funcție de anumiți factori (vârstă, valori, etnie, zonă geografică, interese, aspirații etc.)?

2. Filmulețul „Nevoile copiilor” (20 min)

- a) Propuneți părinților să vizioneze filmulețul „Nevoile copiilor”.
- b) Vizionarea poate fi realizată prin metoda „lectura ghidată”.
- c) Filmulețul este vizionat pe fragmente. După fiecare fragment adresați întrebări astfel încât participanții să presupună care ar fi conținutul următorului fragment.

Sugestie:

Pentru a favoriza mai multe discuții puteți utiliza informația din Fișa resursă 1, 2.

3. Activitate pe grupuri Legătura dintre necesități și comportamente (40 min)

- a) Repartizați părinții în 4 grupuri. Fiecare grup va primi un studiu de caz (Fișa resursă 3), foaie flipchart, markere.
- b) Rugați părinții să împartă foaia de flipchart în trei coloane, similar tabelului din Fișa resursă C. În baza studiului de caz membrii fiecărei echipe vor enumera comportamentele neadecvate ale copilului, vor identifica trăirile emoționale ce stau în spatele acestor comportamente și necesitățile nesatisfăcute.
- c) Fiecare echipă prezintă produsul activității.
- d) Solicitați participanții să descrie care sunt vulnerabilitățile copilului din studiul de caz. Inițial întrebați participanții ce înțeleg prin expresia „a fi vulnerabil”. Completați răspunsurile cu informația din Fișa resursă 5.

Sugestie:

Pentru a favoriza mai multe discuții puteți utiliza informația din Fișa resursă 4.

Discuții:

- Ce legătură există între necesități și trăiri emoționale, între necesități și comportament?
- Cum ați putea contribui fiecare din voi în vederea satisfacerii nevoilor acestor copii (cel puțin parțial)?
- În ce măsură copiii de etnie romă sunt copii vulnerabili?
- Care sunt factorii care îi face să fie vulnerabili?

Temă pentru acasă

Observați comportamentul copiilor, identificați emoțiile trăite și stabiliți ce necesități solicită copilul să fie satisfăcute. Identificați care sunt necesitățile de bază ale copilului dvs. Alegeți strategia optimă pentru a le satisface.

FIȘA RESURSĂ 1

Necesitatea – o dependență eligibilă a organismelor vii de factorii mediului exterior, esențiali pentru autoconservare și autodezvoltare.

Necesitățile determină interesele, dorințele, aspirațiile, pasiunile omului, direcția de gândire, scopurile pe care omul și le propune spre realizare.

Fiecare om se caracterizează prin *structura* sa unică și *ierarhia* interioară a necesităților de bază (biologice, sociale și ideale), care și definesc *personalitatea* lui.

Necesitățile copiilor

Specialiștii în domeniul protecției copiilor promovează tot mai mult în ultimii ani mesaje legate de nevoile copilului, de respectarea drepturilor lui fundamentale pentru o dezvoltare bio-psihosocială sănătoasă a acestuia. Literatura de specialitate indică că satisfacerea nevoii de fericire, iubire, bucurie a copilului este o condiție necesară dezvoltării sănătoase a creierului (Siegel, 2001).

Copilul este un vas gol care trebuie umplut pe parcursul întregii sale dezvoltări. Pentru a crește și a se dezvolta, este necesar să-i fie satisfăcute nevoile specifice.

- **Copilul are nevoie de dragoste.** Această nevoie este satisfăcută de relații afectuoase ce apar chiar din prima zi de la naștere. Prin aceste relații, mai întâi cu mama, cu tata, mai apoi cu un cerc tot mai mare de persoane, copilul își conturează identitatea și devine conștient de sine. Copilului trebuie să i se arate că a fost dorit și iubit pentru a învăța, la rândul său, să se iubească pe sine și pe cei din jur. Dragostea oferită de părinți este necondiționată, adică fără solicitarea unei compensații sau a unei reciprocități. Aprobarea și acceptarea au un impact foarte mare asupra dezvoltării autoaprecierii.
- **Copilul are nevoie de cele necesare pentru viață.** Aceasta presupune că trebuie să i se ofere hrană, căldură, îngrijire, somn și să i se asigure igiena.
- **Copilul are nevoie de securitate și siguranță.** Aceasta apare odată cu stabilirea relațiilor familiale, prin atitudinea și comportamentul părinților. Pentru un copil, tot ce e nou, necunoscut poate prezenta un pericol, și numai părinții sau persoanele care-l înconjoară îi pot oferi securitate.
- **Copilul are nevoie de noi experiențe.** Interesul pentru ceva nou este prezent întotdeauna, indiferent de vârsta unei persoane. Odată cu învățarea sau descoperirea unui lucru, apare interesul pentru altul. Jocul și limbajul sunt principalele modalități prin care copilul poate să-și satisfacă această nevoie. Folosind aceste două unelte, el descoperă și învață lumea, determinând și rolul său în aceasta.
- **Copilul are nevoie de încurajare, stimulare și apreciere.** Creșterea sau trecerea de la copilărie la maturitate se realizează prin cunoașterea bucuriei și a nevoii de succes. Pentru a obține rezultate mai bune, fiecare are nevoie ca micile sale succese să fie încurajate. Copilul are nevoie ca părinții lui să-i confirme faptul că ceea ce întreprinde el are valoare. Este esențial să-și păstreze acest elan, voința plină de dinamism care îl animă. Prin urmare, are nevoie ca părintele să-l gratifice cu entuziasm pe tot parcursul experiențelor sale, pentru a-și păstra voința de a acționa și a întreprinde.
- **Nevoia de a fi important pentru părinți.** Copilul consideră în mod natural că este frumos și foarte important, dar mesajele adulților nu-i confirmă întotdeauna acest lucru. Atunci începe să se nască în el sentimentul că e neînsemnat. Este esențial pentru copil să-și păstreze sentimentul importanței pentru a-și dezvolta stima de sine. El are nevoie

să i se demonstreze cu regularitate, prin atenții, gesturi și cuvinte hrănitoare, faptul că el contează în ochii părinților.

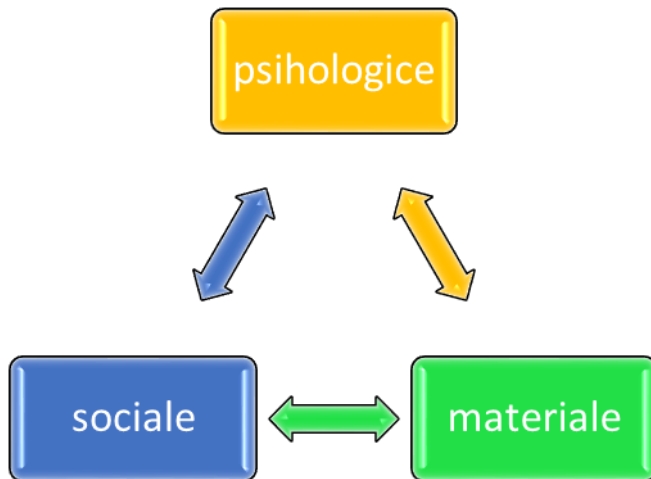
- **Nevoia de a fi acceptat de părinți.** Mulți părinți, bine intenționați, se străduiesc prin tot felul de mijloace să încerce să elimine unele incapacități, limite și defecte ale copilului lor, în loc să-l învețe cum să trăiască cu ele. Ei își demonstrează astfel lipsa de acceptare. Impactul acesteia este foarte distructiv. Copilul fie se rupe de propria identitate și se autoconstrânge pentru a răspunde aspirațiilor părintelui său, de teamă să nu piardă dragostea acestuia, fie rămâne așa cum este și primește mesajul „Nu te iubim așa cum ești”. Pentru a evolua și chiar pentru a progresa în raport cu unele limite care i-ar putea dăuna, copilul are nevoie în primul rând de acceptarea necondiționată a părintelui său, apoi să se accepte el însuși și să fie fericit. Altminteri, va dezvolta sentimente de rușine, de culpabilitate pentru ceea ce este și chiar de teamă că va fi judecat. Se respinge pe sine.
- **Copilul are nevoie de responsabilitate.** Pentru a se dezvolta armonios și a fi apreciat, copilul are nevoie de dobândirea independenței sale și de recunoașterea treptată a acesteia de către cei din jur. Rolul principal în satisfacerea acestei nevoi o au școala și părinții.
- **Copilul are nevoie de un nume.** Această nevoie, ca și celelalte, are o strânsă legătură cu drepturile copilului. Numele face parte din imaginea de sine și din personalitatea copilului .
- **Copilul are nevoie de o familie trainică și stabilă.** Într-o astfel de familie, el va participa la activități comune, simțind spiritul apartenenței la un grup distinct în care să existe armonie și dragoste, înțelegere și răbdare.
- **Copilul are nevoie de stabilirea unor limite.** Pe măsură ce crește, copilul are nevoie de ghidare pentru a fi direcționat pe drumul corect.

Tipuri de nevoi

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

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 RESURSĂ 2

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"> • 5 simțuri • curiozitate • interacțiune • jocuri • mișcare • limbaj și plâns 	<ul style="list-style-type: none"> • explorare • întrebări „de ce” • joc, imitație • lectură, scris, știință • valori, reguli 	<ul style="list-style-type: none"> • comportament riscant • afirmare de sine prin critică și rebeliune • punere în discuție a sensului vieții • modele • idei noi • dezvoltare a simțului moral • separare de familie
NEVOI	<ul style="list-style-type: none"> • atenție, îngrijiri parentale 	<ul style="list-style-type: none"> • valori, credințe • recunoaștere • prieteni • conștiință • jocuri 	<ul style="list-style-type: none"> • valori, credințe • independență, libertate • identitate • conștiință și expresie potrivită a sexualității • simțul apartenenței • recunoaștere
RĂSPUNS POZITIV	<ul style="list-style-type: none"> • atenție fizică și emoțională 	<ul style="list-style-type: none"> • răspunsuri la întrebări • complimente, elogii • reacții pozitive de la prieteni • învățare la școală • responsabilități determinate • directive determinate cu explicații 	<ul style="list-style-type: none"> • explicații, mărturii • ascultare, înțelegere • spațiu, independență mărită și responsabilități • sfaturi și ajutor (dacă e necesar) • interacțiune pozitivă cu persoanele din afara familiei • dragoste și sprijin continuu al familiei • modele
RESURSE INTE- RIOARE	<ul style="list-style-type: none"> • atașament • încredere • simț al apartenenței 	<ul style="list-style-type: none"> • reguli culturale și morale • încredere, responsabilitate • competențe sociale • simț al apartenenței • cooperare • conștiința de sine și de exterior 	<ul style="list-style-type: none"> • cultură, scopul vieții • identitate • independență • responsabilitate • capacitate de a lua decizii și de a soluționa probleme • construire de relații

FIȘA RESURSĂ 3

Studiu de caz nr.1

Copilul D, fetiță de cinci ani, hoinărește prin zona unde părinții ei și musafirii lor au nevoie de o atmosferă liniștită pentru discuția despre muncă. Discuția durează deja 3 ore. Copilul pornește televizorul sau stă în fața musafirilor, cere câte ceva de la mama sau se tot urcă în brațele tatălui. Părinții îi reamintesc că sunt ocupați, spunându-l să se joace în odaia ei. Peste câteva minute, fetița repetă aceleași comportamente. Copilul persistă în solicitările sale, iar tatăl ei e foarte furios. La un moment dat se ridică o duce în odaie și îi dă trei palme la fund menționând că este obraznică.

Studiu de caz nr.2

Copilul M. în vârstă de 11 ani, la moment locuiește cu mama sa într-o localitate sătească. A învățat la școala internat clasele primare, apoi a fost reintegrat în familia biologică. Minorul face parte dintr-o familie monoparentală, social-vulnerabilă, este educat numai de mamă, care muncește cu ziua. Tatăl băiatului, care i-a părăsit, nu-l recunoaște ca fiind copilul lui. Uneori vine pe la mama minorului și ei doi se ceartă intens în prezența acestuia. Băiatul a fugit de câteva ori de la școală, se comportă agresiv verbal cu profesorii. Colegii s-au plâns că deseori le cere bani sub pretextul nu are ce mânca. A început să practice vagabondajul și să consumă substanțe toxice.

Studiu de caz nr.3

Copilul A. de 14 ani. Este perioada vacanței de vară. Ea își dorește să petreacă mai mult timp cu prietenii. Astăzi a decis s-o invite pe prietena sa cea mai bună la ei acasă, pentru a petrece toată noaptea ascultând muzică și pentru discuții de-ale fetelor. Mamei nu-i place ideea (deoarece nu o prea agreează pe prietenă) și interzice categoric întâlnirea, fără a oferi vreo explicație. A. devine furioasă, mama cu fiica se ceartă. Fiica a acuzat-o pe mama precum că nici o prietena nu este pe placul ei, și ea niciodată nu-și poate aduce acasă prietene. Mama este pe poziție că cea mai bună prietenă este „mama”. A. pleacă de acasă fără a-și lua telefonul.

Studiu de caz nr.4

P. fată de 15 ani, vine dintr-o familie de profesori, crescută și educată după principiile moral-spirituale, valorile supreme fiind modestia și cumințenia. Domnișoara este îndrăgostită de fiul primarului, un băiat chipeș, cu de toate și convins că orice fată va fi a lui, doar să-și dorească. Băiatul a aflat despre P. și a început să-i facă curte. Părinții fetei, oarecum, erau mândri de atenția acordată fiicei lor. La scurt timp după ce s-au cunoscut mai aproape, băiatul îi face aluzii sexuale fetei, care la rândul său a refuzat categoric. Băiatul chipeș o forțează, până la viol. În următoarele zile tânărul se face că nici nu o cunoaște. Fata comunică mamei despre cele întâmplate. Mama o învinovățește pentru rușinea familiei, numind-o păcătoasă. Mama este convinsă să nu denunțe cazul la poliție. Tata o pedepsește înclud-o în casă. Peste câteva zile P. înghite 20 de pastile de paracetamol.

Studiu de caz nr.4

C. este băiat de 8 ani, provine din familie de romi. Condițiile de trai sunt rele. Sunt câteva familii de romi în localitate, care se țin de principiul „viață fără școală”. Băiatul se împrietenise cu alți băieți din mahala și se întâlneau pe tolocă la joacă. Părinții fiind

nemulțumiți, îi interzic băiatului să se vadă cu prietenii, spunându-i că „niciodată un alb nu poate să-i fie prieten unui rom. Acuma se joacă cu tine dar mâine te batjocorește”. C. nu mergea la școală, și în fiecare dimineață petrecea cu privirea băieții care cu ghizdanul în spate se îndreptau spre școală. În una din zile, pe furiș, dis-de-dimineață a fugit de-acasă. A ajuns la școală, a intrat într-o clasă și chiar de la începutul lecției învățătoarea, observându-l, l-a luat la rost că nu are ce căuta în clasa ei, până nu vin părinții la școală, că este murdar și miroase. Băiatul a ieșit, și în drum spre casă a reușit să lovească doi copii mai mici.

Tabel pentru identificarea comportamentelor, trăirilor, necesităților

Comportament	Trăire emoțională	Nevoile nesatisfăcute

FIȘA RESURSA 4

Legătura dintre necesitate și comportament

Atunci când una din nevoile copilului nu este satisfăcută, el se află în dezechilibru psihoemoțional și comportamental. Sarcina adultului 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 putea să ne îngrijoreze comportamentul copilului:

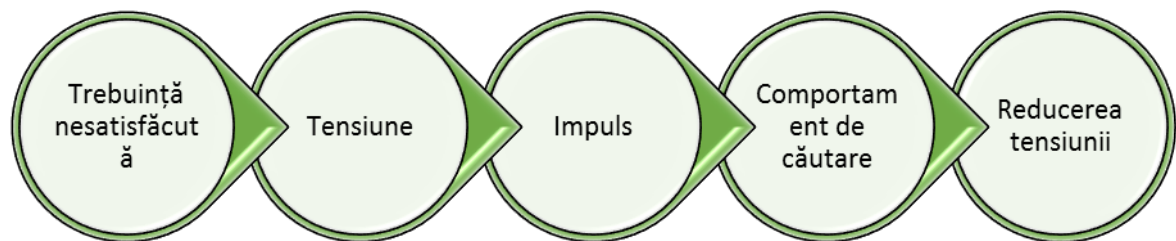
- Comportamentele ce continuă după o anumită vârstă, când ne așteptăm de la copil să răspundă într-un alt mod;
- Comportamente ce se repetă prea des și interferează cu abilitatea copilului de a învăța sau limitează posibilitatea copilului de a se dezvolta corespunzător;
- Comportamentele ce în alt context 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. (toată lumea își lasă papucii la intrare, ora de culcare este 21.00 etc.).

Rețineți:

- ☞ Nu ne naștem cu un fel de a fi negativ: devenim astfel pentru că suntem neîmpliniți într-o nevoie fundamentală;
- ☞ Nu ne naștem invidioși; devenim astfel pentru că suferim deoarece nu ne-am simțit acceptați și fiindcă am preluat ștafeta de la părinții noștri și nu ne-am acceptat mai mult decât ne-am simțit acceptați de ei.

Reprezentarea grafică a relației dintre necesitate și comportament



FIȘA RESURSĂ 5

Vulnerabilitatea copilului

Vulnerabilitatea se referă la aspecte complexe ale securității și sentimentului de siguranță al unei persoane, legate de supraviețuire, siguranță personală, încredere în sine, resurse personale, percepții subiective ale oamenilor a ceea ce cred ei că înseamnă să fii vulnerabil sau rezilient.

Copilul poate fi vulnerabil în mod diferit în diferite situații. Uneori copilul poate deveni victimă sau să comită unele acțiuni antisociale.

Copilul vulnerabil este fragil emoțional, lipsit de siguranță și protecție, dar și de capacitatea de a se apăra singur. Este copilul dependent de alte persoane pentru subzistență și protecție. Structura vulnerabilității, existentă în orice copil, se dezvoltă mai mult la unii decât la alții, în funcție de mai mulți factori.

VULNERABILITATE

- ❖ **incapacitatea copilului de a se proteja, lipsa siguranței și protecției;**
- ❖ **se referă la subiectul/subiecții expunerii la manifestarea amenințărilor.**

Vulnerabilitățile copilului

- **Particularitățile și crizele de vârstă;**
- **Starea de sănătate/ boli grave;**
- **Imagine de sine negativă/ stimă de sine fragilă;**
- **Apartenența la o familie dezorganizată și cu o slabă coeziune;**
- **Imaturitatea emoțională accentuată;**
- **Dificultăți, dezabilități de învățare;**
- **Dezabilități fizice;**
- **Izolare, nesociabil cu semenii;**
- **Dificultăți în comunicare;**
- **Comportament dificil;**
- **Dezabilități psihosociale, intelectuale;**
- **Abuz de substanțe stupefiante/toxice;**
- **Comportament autodestructiv, vătămare proprie;**
- **Contextul etnic.**

Efectele vulnerabilității în dezvoltarea copilului.

Vulnerabilitatea nu ține cont de vârstă. Copilul poate deveni vulnerabil în orice etapă a copilăriei. Cu cât este expus mai de timpuriu factorilor care contribuie la dezvoltarea acestei structuri vulnerabile, cu atât efectele ei sunt mai nocive și afectează mai mult dezvoltarea și comportamentul acestuia.

Copilul vulnerabil are dificultăți în a se integra sau adapta în societate și în a duce o viață normală. Are o viață socială precară, iar dezvoltarea emoțională îi este afectată profund – are o stimă de sine fragilă și nu are încredere în forțele proprii.

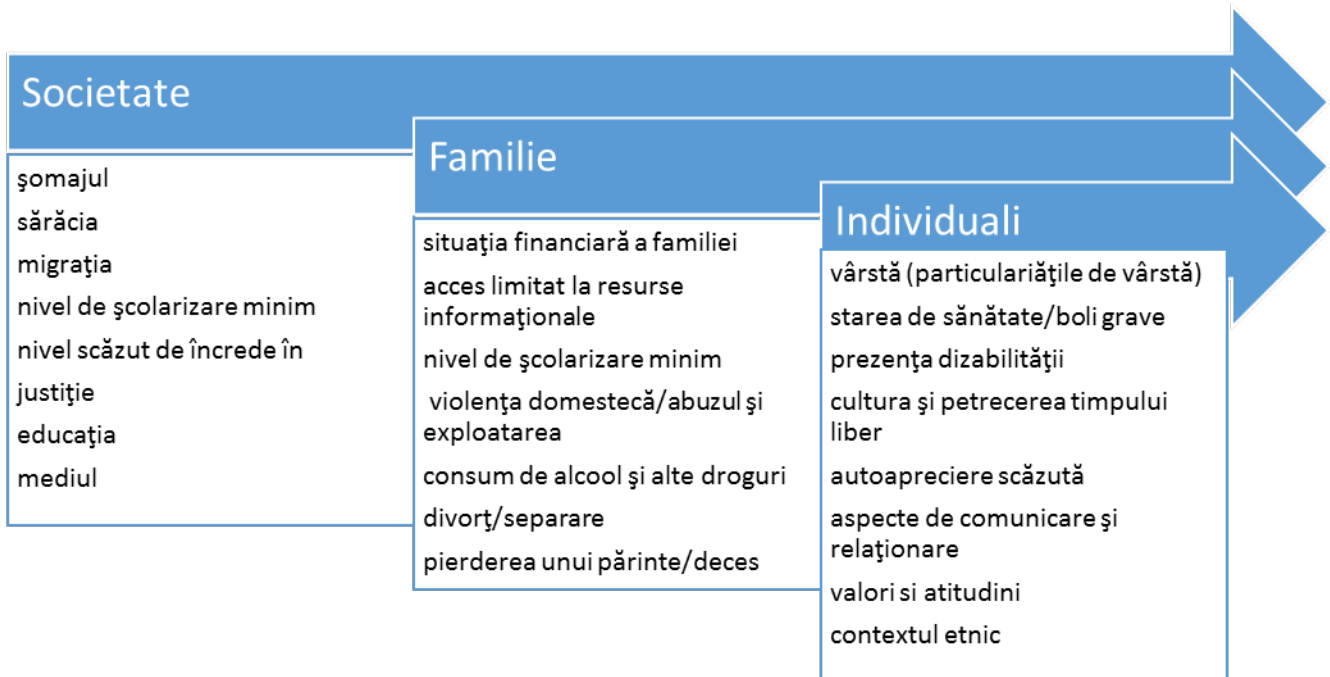
Este copilul predispus la comportamente de risc sau deviante – consum de droguri, tâlhării, alcoolism etc., folosindu-le ca metodă de apărare, pentru a substitui lipsurile și golul afectiv.

Daca familia însăși este într-o situație precară din punct de vedere financiar (părinți șomeri, sărăcie, lipsuri materiale), social (izolare, privare, absenta oricărei interacțiuni), psihic (tulburări ale sănătății mentale, situații conflictuale, violente, alcoolism, toxicomanii etc.), atunci copilul își accentuează treptat aceasta vulnerabilitate, devenind el însuși predispus la diferite afecțiuni (boli, tulburări de comportament, tulburări psihice).

Familia este cea care îngrijește, investește și oferă copilului o dezvoltare psiho-socială de baza, plecând de la siguranța, încredere și iubire. Atunci când aceasta premisă nu poate fi îndeplinită, apare un deficit. Pe fondul acestuia, pot apărea și alte situații care vor agrava starea copilului - întârzieri în dezvoltare, retard, tulburări afective, agresivitate.¹

¹ Sursa <http://www.copilul.ro/copii-2-3-ani/comportament/Copiii-vulnerabili-cine-sunt-si-cum-pot-fi-ajutati-a10753.html>

Factorii de risc care duc la vulnerabilitate.



Cercetătorii din domeniul psihologiei, cât și sociologiei au realizat, în urma unor cercetări, indicatori de apreciere a gradului de vulnerabilitate:

- grad de vulnerabilitate foarte înalt*: copilul este percepută ca un obiect foarte atractiv pentru un eventual agresor, iar capacitatea de a reacționa adecvat la situația existentă este inadecvată;
- grad de vulnerabilitate înalt (atractivitate moderată)*: potențialul agresor este convins că va avea succes, acesta fiind asigurat și de faptul că reacțiile de răspuns sunt scăzute, (contramăsurile de ripostă) neadecvate în totalitate la profilul amenințării;
- grad de vulnerabilitate moderat (atractivitate scăzută)*: potențialul agresor nu este deplin convins de succes întrucât există reacție de răspuns, dar adversarul nu dispune de forțe, resurse suficiente, acesta putând constitui un stimulent, o atracție pentru agresor.
- grad de vulnerabilitate scăzut*: vulnerabilitățile existente nu sunt în măsură să încurajeze acțiunea unui eventual agresor. La aceasta mai poate fi atribuită existența unor reacții adecvate tipului de amenințare, existând, totodată, resurse și forțe suficiente și adecvate amenințării.

MODULUL 3.3. Stiluri de atașament

SCOP

Consolidarea relației părinte-copil bazată pe atașament securizant.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să diferențieze tipul de atașament după comportamentul specific;
- să descrie comportamentul părinților cu atașament securizant și insecurizant;
- să selecteze strategia optimă de modificare a tipului de atașament.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- jucărie de pluș (ursuleș, iepuraș);
- imagini (sau in PPT) cu părinți și copii, ce reprezintă o relație pozitivă.

SCENARIUL

1. Activitatea *Îmbrățișarea ursulețului* (10 min)

- Așezați pe scaun o jucărie de pluș în fața participanților. Explicați părinților că, la magazinul de unde ați procurat-o, vânzătorul v-a spus că ea are nevoie să fie îmbrățișată de multe ori pe zi.
- Solicitați părinților să se apropie și s-o cuprindă, spunându-i cuvinte dulci, frumoase.
- Încurajați părinții să îmbrățișeze jucăria de pluș și să-u spună ceva.

Discuții:

- De ce „ursulețul” avea nevoie să-l luăm în brațe?
- De ce trebuie să-i spunem „ursulețului” nostru cuvinte frumoase, dulci?
- Cine dintre persoanele care vă înconjoară ar putea lua locul „ursulețului”?

2. Activitatea *Comportamentul de atașament* (20 min)

- În baza unor imagini (fie în format hârtie, fie în PPT), ce reprezintă relația de atașament sigur adult-copil, inițiați o discuție cu părinții, astfel încât să ajungeți la descrierea unui comportament de atașament sigur (Fișa resursă 1):
 - Cum se simt copiii din imagini?
 - Ce le oferă părinții/ îngrijitorii?
 - Ce acțiuni observați din partea adulților?
- În urma celor discutate faceți o concluzie prin a prezenta ce reprezintă un atașament sigur.

Discuții:

- Ce înseamnă „relație care să-i dea copilului senzația de siguranță”?
- Care este comportamentul părintelui care oferă protecție și siguranță?
- Care comportamente ale copiilor denotă o relație bazată pe siguranță?

3. Activitatea *Tipuri de atașament* (60 min)

- a) Repartizați părinții în 4 grupuri. Fiecare grup va primi câte o fișă în care este descris detaliat un tip de atașament. Fișa resursă 2.
- b) Rugați părinții să descrie un caz real din experiența personală sau să reprezinte prin joc de rol. Ceilalți vor descrie relația părinte-copil și vor identifica tipul de atașament prezentat.
- c) Solicitați grupurilor să identifice și să descrie comportamentul adulților/ îngrijitorilor care facilitează și mențin fiecare tip de atașament.
- d) Fiecare grup face prezentarea în grup.
- e) După fiecare caz discutați care ar fi strategiile de securizare a relației părinte-copil. Completați cu informația din Fișa resursă 3.

Discuții:

- Gândiți-vă ce tip de atașament manifestați dumneavoastră și cum acesta influențează asupra relației cu copilul ce este în grija dumneavoastră?
- Care este dificultatea în abordarea copilului cu atașament insecurizant?
- De ce aveți nevoie pentru a forma o relație sigură?

Temă pentru acasă

Fiecare copil are un rezervor de iubire al lui care tot timpul trebuie să fie alimentat de persoanele care îl înconjoară, în special de către părinții lui (prin vorbele, atenția, timpul pe care îi acordă). Gândiți-vă la ceea ce ați putea sau puteți să oferiți copilului dvs. pentru a crește nivelul dragostei și sentimentul de atașament sigur din rezervorul lui. Următoarea săptămână concentrați-vă asupra a trei posibilități prin care să creșteți nivelul dragostei din rezervorul copilului.

FIȘA RESURSĂ 1

Ce este atașamentul părinte-copil?

Atașamentul este procesul prin care se realizează legături emoționale, un raport cu un substrat afectiv implicit; o afecțiune puternică și durabilă, simpatie, prietenie sau dragoste.

Legătura de atașament între copil și părinte se bazează pe nevoia copilului de îngrijire și protecție, securitate pe care o dobândește de la adult. Astfel, copilăria este o perioadă de vulnerabilitate, în care copilul depinde de adultul care-l îngrijește și care va deveni principala sa figură de atașament.

Legăturile de atașament se stabilesc preferențial cu mama sau substitutul acesteia, dar nu exclusiv; copilul stabilește legături de atașament și cu alți adulți de referință din mediul său familial sau social: tatăl, bunicii, bona, educatorul etc.

Legăturile de atașament se construiesc în timp, prin contribuția ambilor parteneri și pot fi privite ca un suport în supraviețuirea individului. Copilul mic se atașează de principala persoană care îi acordă îngrijiri materne. Această persoană poate fi oricine: mama, tatăl, bunicul, bona, îngrijitorul, educatorul. În timp, pe măsura creșterii și dezvoltării, copilul își diversifică și relațiile de atașament.

Legătura de atașament se stabilește cu scopul de a menține comunicarea și proximitatea față de baza sa de siguranță – adultul ce-l îngrijește. La vârstele antepreșcolare și preșcolare mici, proximitatea fizică este foarte importantă, din acest motiv separările față de îngrijitorul său sunt urmate de proteste puternice din partea copilului, dar, pe parcursul înaintării în vârstă, copilul devine tot mai independent și lipsa proximității fizice este mai ușor de suportat.

Una din principalele funcții ale atașamentului este de a proteja copilul, de a media protecția sa în condițiile necunoscute ale mediului și ale vulnerabilității foarte mari.

Securitatea s-ar defini prin asigurarea unui spațiu în care nivelul de stres perceput de copil e minimum și prin faptul că-i permite o explorare interesantă, stimulativă, cu stimuli pozitivi, interesanți pentru constituirea unei matrice de atașament sigur. Prin repetări și experiențe succesive, se structurează scheme comportamentale, care asigură formarea unui sistem coerent, cu semnificații clare, generând la copil un tip de atașament sigur.

Atașamentul servește copiilor pentru:

- ✓ A atinge maximul potențial intelectual.
- ✓ A gândi logic.
- ✓ A dezvolta un echilibru sănătos între dependență și independență.
- ✓ A deveni încrezător în sine.
- ✓ A face față stresului și frustrării.
- ✓ A dezvolta relații viitoare.
- ✓ A face față sentimentelor de frică și îngrijorare.
- ✓ A dezvolta relații stabile și echilibrate în viitor.
- ✓ A reduce gelozia.

FIȘA RESURSĂ 2

TIPURI DE ATAȘAMENT

a. Atașamentul securizat

Această formă de atașament corespunde unei legături organizate, având o bază de securitate, care va susține explorarea, experimentarea, concentrarea atenției asupra învățării și deschiderea către nou.

Comportamentul copiilor cu un atașament securizant:

- Copiii au o funcționalitate specifică atunci când se simt în siguranță și își pot obține confortul prin contact, explorând și având inițiativă.
- Ei sunt tulburați de despărțirea de mamă, dar se liniștesc după ce aceasta revine, iar ei își reorientează atenția către joc și explorarea mediului.
- La reunirea cu părintele copilul se angajează în comunicarea cu acesta: contact vizual, schimburi verbale calme ca intensitate a sunetelor (există și verbalizări puternice dar nu țipăt puternic) și de durată, cu o atenție orientată a copilului spre părinte.
- Se observă la copil un „echilibru flexibil” între căutarea bazei de securitate și explorarea camerei sau angajarea într-o activitate de joc.
- Dezvoltă o concepție clară despre sine și despre raporturile bărbat-femeie.
- Învăță să-și exprime și să-și controleze emoțiile.

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea atașamentului securizant:

- ✓ Comportamentul caracterizat prin sensibilitate, acceptare, cooperare, disponibilitate emoțională.
- ✓ Sensibilitate la nevoile copiilor.
- ✓ Prezentarea unui grad apreciabil de obiectivitate și deschidere.
- ✓ Răspunsurile părinților sunt sensibile și ajustate semnalelor copiilor.

b. Atașamentul insecurizat evitant

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate care reflectă o funcționare în oglindă a celor doi, mama și copilul. Mama rămâne distantă, evitând contactul fizic și schimburile afective cu copilul, iar copilul interiorizează un model de funcționare al mamei, îi răspunde, se adaptează, reeducându-și cererile către mamă, evitând-o, negându-și nevoile și dorințele dar păstrând o aparență de falsă siguranță și autonomie.

Comportamentul copilului cu atașament insecurizat evitant:

- Copilul nu este prea afectat de absența mamei, evită apropierea sau interacțiunea cu aceasta, o ignoră la revenirea ei în cameră sau o întâmpină ocazional; dacă se supără este ușor de calmat de către o persoană străină.
- Copilul este inexpresiv, nu arată nici supărare, mirare, neliniște la separare, și nici bucurie la reîntâlnirea cu părintele.
- După separare, copilul continuă să exploreze mediul sau să se joace, nesemnaland prin comportament o modificare semnificativă, iar la revenirea figurii de atașament, evită întâlnirea, confruntarea, regăsirea cu aceasta.

- Acești copii nu au încredere că vor fi ajutați, sunt suspicioși cu ceilalți indivizi, le este frică de apropierea interumană și preferă să stea la distanță de restul.
- Copiii manifestă o oarecare independență, ei o folosesc pe mama destul de puțin ca bază de securitate.
- La vârsta grădiniței, aceștia se manifestă prin timiditate, reținere și inhibiție.
- Copii precoce independenți, ei nu au curaj să abordeze problemele și nu știu să ceară și să profite de ajutorul adulților.
- Astfel independența este doar aparentă iar dincolo de aceste aparențe copilul rămâne fragil, vulnerabil și puțin eficient în performanțe.
- Copiii cu strategii de evitare încearcă să depășească pierderea și lipsa îngrijirii, renunțând la căutarea acesteia și atașându-se în schimb mai mult de lucruri în loc de oameni (cum ar fi un ursuleț de pluș sau o anumită activitate) pentru a putea crea un sentiment de securitate.
- Asta înseamnă că acești copii sunt frecvent greșit înțeleși ca fiind „reci” și uitați în munca zilnică deoarece nu caută atenția și ajutorul îngrijitorului.

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea unui atașament insecurizat evitant:

- ✓ Respingeri constante din partea mamei și evitarea contactului fizic și a schimbului emoțional;
- ✓ Exprimarea emoțională sărăcăcioasă;
- ✓ Comportament parental intruziv, supraimplicat ce include și un control mare exercitat de către părinte;
- ✓ Aparent părinții afișează autonomie, putere și control, maturitate, context în care devine puțin probabil să se poată confrunta cu propriile vulnerabilități; insecuritate, lipsă de autonomie.
- ✓ Lipsa de sensibilitate (sensibilitate maternă), precum și răspunsurile neajustate oferite copilului determină o eliminare a cererilor copilului în satisfacerea propriilor nevoi.

c. Atașamentul insecurizat anxios

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate care reflectă comportamente ambivalente din partea copilului. Acesta îi lipsește și își dorește să fie alături de figura de atașament, și în același timp o respinge.

Comportamentul copilului cu atașament insecurizat anxios:

- Copilul trăiește o stare de disconfort chiar și în jocul normal.
- La plecarea părintelui, copilul protestează foarte tare plângând și vocalizând puternic iar preocuparea sa pentru părintele care a plecat este atât de mare încât atenția sa este întru totul absorbită de eveniment și nu se mai poate concentra asupra explorării mediului, experimentării sau jocului.
- Manifestările sunt ambivalente, plânge să fie luat în brațe, după care se mișcă furios și vrea să fie lăsat în pace, unii ajungând la crize de furie.
- Unii copii pot fi lipsiți de energie, letargici.
- La reîntâlnire cu figura de atașament copilul solicită consolare și reasigurare, el exprimă fragilitatea sa, nevoia sa de a fi liniștit, dar în ciuda prezenței mamei și a apropierei fizice tensiunea nu descrește iar copilul continuă să caute consolare.
- Copilul nu știe când și cum va primi răspuns la cererile sale, de aceea își păstrează concentrată atenția către mamă, neglijând alte activități, dar manifestând adaptare la situația cu care se confruntă, la tipul de legătură promovată de către părinte.

- Are un comportament necontrolat și are nevoie de a li se impune control, restrângeri.
- La vârsta preșcolară poate fi agresiv, dependent, negativist, nemulțumit și protestează (la orice și pentru orice).
- Copilul mai mare va fi foarte anxios în legătură cu ce fac sau gândesc ceilalți, în mod negativ („ei nu mă plac”, „tu ești supărat pe mine”).
- În cazuri extreme, copilul poate fi violent, încercând să îi facă pe ceilalți copii să se supună la lucruri sau activități pe care aceștia nu doresc să le efectueze sau care nu le plac, cum ar fi abuzul sexual sau activități violente.
- Copilul va căuta atenția, dar în același timp îi vor dispăcea, îi va urî sau îi va critica în mod constant pe îngrijitori. El va încerca să îi divizeze pe îngrijitori („Doar pe tine te plac, pe ea o urăsc”).

Comportamentul părinților ce contribuie la formarea unui atașament insecurizat anxios:

- ✓ Sunt caracterizați prin insensibilitate.
- ✓ Nu răspund adecvat copiilor, fără însă să existe o respingere verbală sau fizică.
- ✓ Sensibilitatea maternă scăzută și răspunsurile neajustate oferite copilului, sau prezența unor răspunsuri oferite ocazional sau imprevizibil, determină o lipsă de preocupare a copiilor pentru explorarea mediului, pentru joc, dar copilul este preocupat de prezența mamei sau a locului unde aceasta se află.
- ✓ Sunt preocupați de propriile experiențe și emoții ce creează confuzie și blochează capacitatea de reflexie asupra evenimentelor din istoria personală.

d. Atașamentul dezorganizat sau dezorientat

Această formă de atașament corespunde unei legături insecurizate. Pentru a face față la stres copilul caută o bază de siguranță, dar în același timp frica pe care o trăiește îl frânează în a se apropia de aceasta, îl conduce către evitare sau acțiuni agresive.

Comportamentul copiilor cu atașament dezorganizat este compus dintr-un amestec de comportamente reflectate în celelalte forme de atașament:

- Secvențe contradictorii – un comportament de atașament urmat de o puternică evitare a părintelui, blocaj și stupefacție.
- Evitarea urmată imediat de căutarea contactului vizual și manifestări de stres sau furie.
- Mișcări și expresii incomplete, întrerupte, indirecte sau greșit direcționate, prin asta înțelegând și dezorientarea copilului în căutarea bazei sale de atașament (de exemplu: copilul manifestă supărare, stres dar în același timp se distanțează fizic de mamă, nu se îndreaptă către ea).
- Stereotipii, mișcări dizarmonice, incomode, poziții bizare precum blocajele fără un motiv evident (de exemplu: copilul se mișcă prin cameră fără un scop anume, are o mimică ce exprimă confuzia și schimbări bruște de emoție).
- Această formă de atașament este frecvent întâlnită în cazurile de maltratare a copiilor.
- Poate avea contacte de scurtă durată și superficiale cu persoane sau lucruri.
- Poate fi foarte agitat, nefiind în stare să se concentreze asupra persoanelor sau lucrurilor. Poate începe în mod constant activități noi fără a le termina vreodată sau a se bucura de ele.
- Poate să nu aibă simțul limitelor personale (vorbește cu străini despre lucruri intime sau private).

- Poate să prezinte lipsuri în ceea ce privește sentimentele de vină, regret sau remușcări.
- Poate să fie fermecător și să aibă multe contacte fără a avea însă prietenii pe termen lung sau relații mai profunde cu anumiți îngrijitori.

Comportamentul părintelui ce contribuie la formarea unui atașament dezorganizat.

- ✓ Comportamentul dezorganizat se datorează traumelor și pierderilor părintelui ce nu au fost rezolvate sau doliul ce nu s-a încheiat sau nu a fost făcut, iar acest aspect afectează atașamentul cu copilul și consecutiv interferează cu dezvoltarea acestuia.
- ✓ Capacitatea de amintire, de reflectare asupra situațiilor de viață problematice (decesul unei persoane importante, variate tipuri de abuz, traume, etc.) este foarte scăzută.
- ✓ Părintele comunică contradictoriu, la copil ajung mesaje care se contrazic și dezvoltă percepții confuze, nedeterminate.

Semne care indică probleme de atașament la copilul mic:

- ✓ lipsa contactului vizual;
- ✓ nu cere și nu răspunde la consolare atunci când este rănit, speriat, bolnav;
- ✓ nu cere sprijinul persoanelor adulte în îndeplinirea unor sarcini dificile sau este incapabil de a-și asuma independența în sarcini corespunzătoare vârstei;
- ✓ nu exprimă preferință pentru un anumit părinte/îngrijitor;
- ✓ nu acceptă cu ușurință separarea de părinte/îngrijitor;
- ✓ acceptă și oferă puțină afectivitate;
- ✓ manifesta afecțiune la întâmplare față de adulți relativ necunoscuți;
- ✓ aflat în mediu necunoscut, copilul nu caută îndrumare la părinte/îngrijitor, sau explorarea este limitată ca urmare a faptului că acesta nu dorește să se îndepărteze de părinte/îngrijitor;
- ✓ nu cooperează sau cooperează forțat de rugămințile sau cerințele părintelui/îngrijitorului;
- ✓ incapacitatea de a restabili interacțiunea ca urmare a unei despărțiri, incluzând ignorarea/ evitarea, mânia aprinsă sau lipsa de afecțiune.

FIȘA RESURSĂ 3

Strategiile de securizare a relației părinte-copil

12 idei principale pentru dezvoltarea atașamentului cu copilul

- ✓ Incercați să observați care sunt nevoile copilului dumneavoastră
- ✓ Stabiliți un bun contact vizual cu copilul de fiecare dată când vorbiți cu el.
- ✓ Întăriți cuvintele prin acțiuni.
- ✓ Gândiți-vă cum se simte copilul în momentul în care interacționați cu el.
- ✓ Atunci când copilul este într-o situație dificilă, fiți prezent pentru a-l ajuta, sprijini sau încuraja.
- ✓ Consolați copilul atunci când este trist sau supărat
- ✓ Comportați-vă asemănător în situații similare
- ✓ Mențineți programul zilnic astfel încât copilul să se poată baza pe el
- ✓ Preveniți copilul cu privire la schimbări și spuneți copilului ce așteptați de la el.
- ✓ Incercați să fiți onești atunci când reacționați la un comportament nedorit al copilului
- ✓ Lăsați copilul să înțeleagă că îl iubiți necondiționat, că ceea ce vă supără sunt anumite comportamente ale lui, nu persoana sa în ansamblu
- ✓ Imbrățișați copilul cât mai mult!

Sugestii pentru depășirea stilului evitant de atașament:

- ✓ *Oferiți copilului îngrijire de fiecare dată când observați că are nevoie.* Luați inițiative de îngrijire chiar și când copilul nu cere ajutorul sau vrea să fie singur.
- ✓ *Arătați întotdeauna că sunteți accesibil și dispus să fiți atenți la copil sau să vorbiți cu el.*
- ✓ *Arătați-vă emoțiile și „traduceți” ceea ce credeți că simte copilul cu propriile cuvinte.* (de exemplu: „O, doamne, ai căzut - cred că te doare tare - vino aici și stai cu mine puțin”).
- ✓ *Insistați și aveți răbdare.* Copilul are nevoie de dumneavoastră, dar îi este frică să își arate nevoile.
- ✓ *Utilizați contactul indirect.* Poate fi foarte dificil pentru copil să vorbească despre lucruri personale, dar este frecvent interesat și atras de obiecte (de exemplu: puteți privi un obiect interesant cum ar fi ursulețul de pluș al copilului sau un desen și puteți discuta cu copilul despre „cum se simte ursulețul” sau despre ce fac, gândesc sau simt persoanele și obiectele din desen). Copilul va vorbi astfel despre sine „prin intermediul lucrului” față de care sunteți amândoi interesați.

Sugestii pentru depășirea stilului anxios de atașament:

- ✓ *Fiți înțelegători, dar în același timp fermi.* Nu îl pedepsiți pe copil, insistați cu calm asupra cererilor și condițiilor dumneavoastră.
- ✓ *Luați decizii pe care copilul nu le poate lua.*
- ✓ *Ajutați-l pe copil să se concentreze asupra sarcinii* (de exemplu: „Acum citim, nu facem nimic altceva în următoarele 10 minute”).
- ✓ *Alcătuți rutine raționale care să cuprindă activități scurte și repetați-le în fiecare zi.*
- ✓ *Atunci când copilul vă acuză sau învinovățește fiți calm și înțelegător, însă nu vă negociați deciziile.* Dacă prezentați cereri, asigurați-vă că nu cedați sau începeți să vă certați pe marginea lor.

- ✓ *Atunci când copilul dramatizează, ajutați-l să își recapete echilibrul (de exemplu: „Spui că vrei să mori pentru că nu te place nimeni – ei bine, acum ești puțin trist și nervos dar se va încheia totul în câteva momente - chiar dacă tu nu crezi asta acum”).*
- ✓ *Încercați să observați și să vorbiți cu alți îngrijitori despre momentele în care copilul vă irită sau vă face să deveniți ambivalent. Încercați să fiți obiectiv atunci când priviți copilul pentru a fi calm, stabil, înțelegător și ferm.*

Sugestii pentru depășirea stilului dezorganizat de atașament:

- ✓ *Împărțiți vârsta copilului la trei – ce tip de contact este benefic pentru un copil de acea vârstă, cât de bine înțelege copilul instrucțiunile, cât timp se poate concentra un copil de acea vârstă? În cazul în care copilul a avut parte de privări și schimbări aleatorii în relațiile timpurii cu îngrijitorii „totul este întârziat”. Tensiunile timpurii multiple și îngrijirea aberantă cauzează încetinirea dezvoltării copilului, în special în ceea ce privește dezvoltarea socială, emoțională și a creierului. În consecință este posibil să percepeți copilul ca fiind un copil mai mic în corpul unui copil mai mare.*
- ✓ *Ar trebui să vă întrebați: „La ce vârstă mai scăzută sunt problemele acestui copil?”*
- ✓ *Ar trebui să preferați pe cât posibil contactele individuale îngrijitor –copil, înainte de a cere contacte copil – copil de aceeași vârstă.*
- ✓ *Utilizați activități și dialoguri relevante pentru copii mai mici.*
- ✓ *Aveți foarte multă răbdare și nu așteptați să existe o dezvoltare rapidă.*
- ✓ *Prelunghiți contactul vizual, utilizați mult dialogul, oferiți mult contact fizic.*
- ✓ *Pregătiți activități foarte scurte și un plan de activități foarte detaliat în timpul zilei.*

Surse bibliografice:

<http://www.educatieparentala.ro/>

<http://www.parintibuni.ro/>

MODULUL 3.4. Reziliență și resurse personale

SCOP

Dezvoltarea abilităților parentale de protecție și securizare a copiilor

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să descopere resursele interne și externe, precum și factorii protectori ai persoanei;
- să consolideze în mod concret reziliența copiilor, de care părinții sunt responsabili.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Foi A4
- Fișe resursă 1-5

SCENARIUL

1. Activitate individuală *Linia vieții* (25 min).

- Discutați cu părinții despre faptul că fiecare persoană cel puțin o dată în viață a dat dovadă de multă putere și curaj pentru a depăși situații amenințătoare.
- Rugați părinții să deseneze pe foaie A4 linia vieții, similar fișei resursă 1, pe care să indice experiențe pozitive și negative pe care le-au trăit de la naștere până în prezent. La această etapă nu se discută despre ce i-au ajutat să iasă din impas.

Instrucțiuni

Notați sau desenați ascensiunile și descensiunile în experiențele pozitive și negative pe care le-ați trăit de la naștere și până în prezent. Apoi alegeți un moment dificil sub linia centrală.

- *Amintiți-vă ce v-a ajutat să depășiți această situație.*
- *A existat ceva sau cineva special care v-a sprijinit?*
- *Ați fost înconjurat de persoane, lucruri, valori ce au servit drept bază de securitate, de susținere pentru a rezista și a merge mai departe etc.?*

După finalizarea lucrului individual, grupați-vă câte doi și povestiți unul altuia despre acest moment dificil și despre resursele care v-au permis să-l depășiți. Elaborati o listă și fixați resursele identificate.

- Discutați despre ce semnifică reziliența. (Fișa resursă 2)

2. Discuție *Resurse interne și externe* (40 min.)

- Rugați părinții să numească ceea ce le-a permis depășirea momentelor dificile. Notați totul pe foaie flipchart. Apoi întrebați dacă cele scrise pot fi grupate în anumite categorii și încercuiți-le cu diferite culori (relații, activități, identități). Dacă lipsesc anumite elemente, puteți să le adăugați, întrebând:
 - *Cine sunt persoanele importante pentru voi?*
 - *Ce știți să faceți bine?*
 - *Cu ce vă ocupați zilnic?*
 - *Care este scopul vostru în viață?*

- Care sunt valorile importante pentru voi?
- Care sunt convingerile voastre?
- Care sunt trăsăturile esențiale ale personalității voastre etc.?

b) Comentați și completați cu informația din fișa resursă 3.

3. Lucru în grup **Factori de protecție și de risc (30 min.)**

- Participanții se grupează câte trei și analizează, la alegere, cazul unui copil care se confruntă cu probleme (sugerați să discute despre un copil de etnie romă): starea resurselor sale și situația lui personală, familială etc., referindu-se la lista factorilor de protecție și de risc.
- Discutați împreună diferiți factori și caracteristici ale copiilor ce dau dovadă de reziliență și ale celor ce nu reușesc aceasta. (Fișa resursă 4)
- Solicitați părinților să revină în grupurile câte trei și să elaboreze modalități pentru a ajuta acești copii să înfrunte situațiile dificile. (Fișa resursă 5)

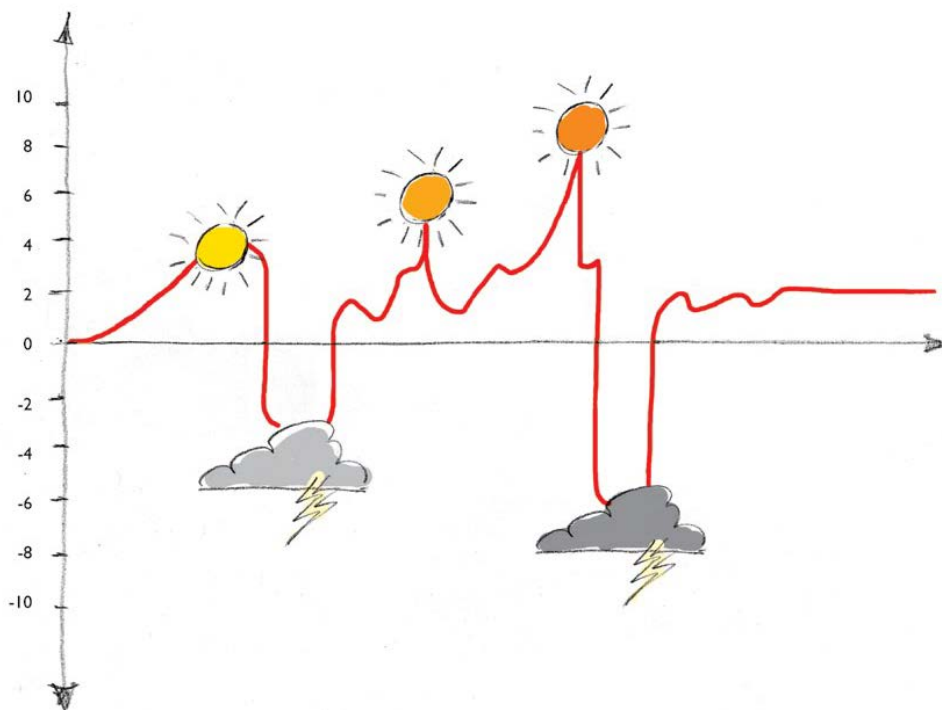
Discuții:

- Cum v-ați simțit în cadrul acestor activități?
- Ce lucruri noi ați aflat/ descoperit pentru dvs.?
- De ce este important să consolidăm reziliența copiilor?
- De ce este important să punem mai mare accent pe factorii de protecție decât pe factorii de risc?
- Care sunt beneficiile de viitor dacă veți consolida propria reziliență și a copiilor?

Temă pentru acasă

În următoarea săptămână faceți o listă a propriilor factori de protecție, determinați cum pot fi întăriți acești factori. Discutați cu copilul dvs. despre fapte pozitive, acordați atenție potențialului lui și includeți/ aplicați strategii din lista de recomandări pentru a crește reziliența copiilor.

FIȘA RESURSĂ 1



FIȘA RESURSĂ 2

Ce este reziliența?

Reziliența este o adaptare psihologică în fața unor factori stresori semnificativi ce afectează dezvoltarea și chiar supraviețuirea.

Reziliența este aptitudine a indivizilor și sistemelor (familiile, grupurile și colectivitățile) de a învinge adversitățile și situațiile de risc. Această aptitudine evoluează în timp; ea e întărită de factorii protectivi prezenți la individ, în sistem și în mediu; ea contribuie la menținerea unei bune stări de sănătate sau la ameliorarea acesteia

Construirea rezilienței – abilitatea de a ne adapta la evenimentele negative, traumatizante, amenințătoare, care generează un nivel ridicat de stres – îi ajută pe copii să învețe să își gestioneze în mod adecvat stresul, anxietatea și să își crească toleranța la incertitudine.

A fi rezilient nu înseamnă că nu vom trăi experiențe dificile și implicite emoții de disconfort.

A fi rezilient înseamnă să învățăm să ne adaptăm la experiența dificilă și să facem față emoțiilor de disconfort cu care ne confruntăm. Suferința și tristețea sunt reacții emoționale naturale și firești, care apar atunci când noi trăim o traumă majoră, avem o pierdere semnificativă sau auzim că cineva apropiat a avut o pierdere sau o traumă.

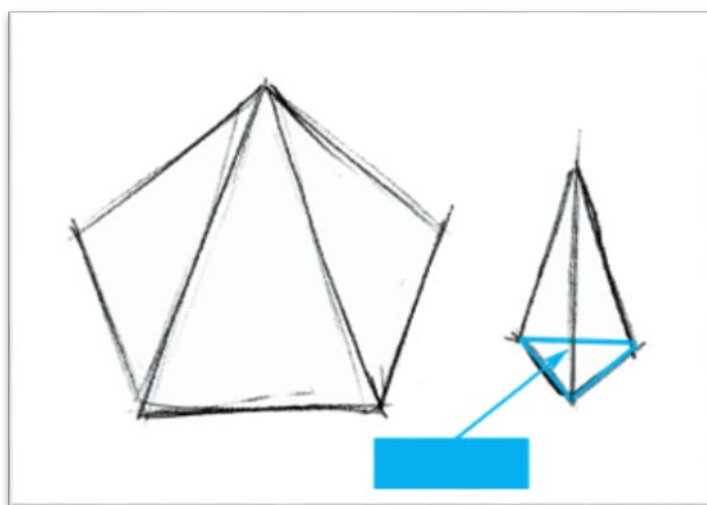
Nivelul de reziliență crește cu vârsta și cu experiențele trăite, dar nu este egal pentru toți oamenii, capacitatea de adaptare-reziliență fiind diferită de la om la om în funcție de pregătire, dotare intelectuală și, într-o măsură nedovedită, de zestrea genetică

FIȘA RESURSĂ 3

Resursele interne și externe

Prezentăm în continuare o modalitate de apreciere a resurselor unei persoane. Este important să înțelegem elementele componente și impactul lor asupra persoanei date, pentru a o putea ajuta să-și folosească sau să-și reconstituie resursele interne și externe după un moment dificil.

Când lucrați cu copii și comunități într-un context delicat, obiectivele voastre sunt să-i ghidați în reconstruirea, reluarea și consolidarea relațiilor, activităților și identității, prin crearea unor proiecte noi de viață. Acest trio, dacă este temeinic, reprezintă o **bază de securitate** în viață și formează fundamentul **rezilienței** noastre.



Eu am legături

Eu (re)construiesc relații, încrederea în mine și în alții, sentimentul de apartenență și de recunoaștere. Eu mă accept și mă simt iubit de părinți, familie, prieteni, profesori, comunitate etc.

Eu pot întreprinde acțiuni

Eu (re)încep activitățile într-un spațiu securizant pentru reedificarea încrederii și competențelor mele, pentru a veni cu inițiative. Mă simt competent pentru a participa la activități școlare, la lucru, pentru a-mi realiza obligațiunile cotidiene.

Eu sunt unic

Port în suflet valorile și convingerile culturii și familiei mele, care îmi conturează identitatea și care dau sens vieții mele. Fac planuri, mă dezvolt ca personalitate, confer valoare la tot ce mă înconjoară, pentru a-mi consolida stima de sine, încrederea și simțul responsabilității.

FIȘA RESURSĂ 4

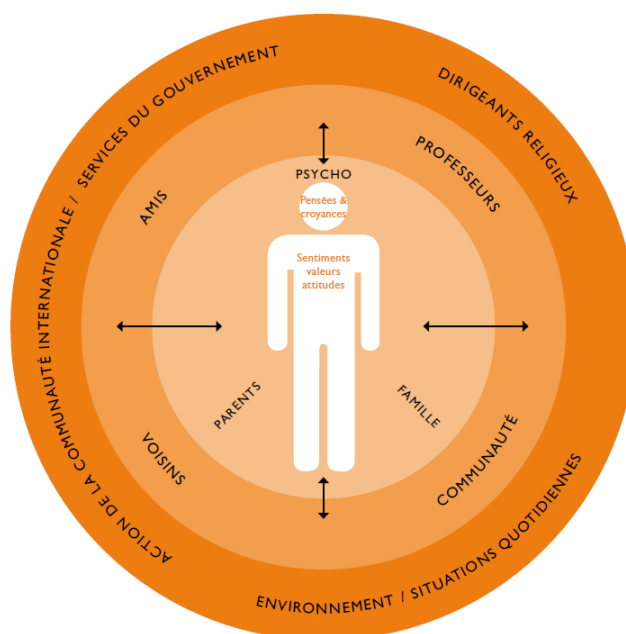
Factorii de protecție și de risc

Dacă cercetăm diagrama psihosocială a individului și interacțiunea cu diferite straturi ale mediului acestuia, constatăm că fiecărui nivel îi corespund factori de protecție care constituie baza resurselor interne și externe ale persoanei.

Psiho se referă la psihicul sau sufletul unei persoane. Acesta include lumea interioară a emoțiilor, gândurilor, dorințelor, convingerilor și valorilor, precum și modalitatea în care ne percepem pe noi înșine și pe cei din jurul nostru.

Social se referă la relațiile și mediul unei persoane. Acestea includ atât lumea materială, cât și contextul social și cultural în care persoanele trăiesc.

Psihosocial se referă, așadar, la armonia dintre persoane în relația lor cu mediul.



FACTORII PROTECTORI

INTERNI (COPIL)

- maturitate emoțională;
- dezvoltare morală matură;
- deprinderi vizibile de siguranță personală;
- auto-apreciere înaltă;
- flexibilitate și atașament puternic vizibile.

Familia/ rudele

- atașament și interacțiuni pozitive părinte-copil;
- organizare și reguli acasă;
- relații armonioase în familie;
- responsabilități acasă.

EXTERNI

Mediul apropiat

- relație pozitivă cu adulții;
- frecventarea școlii;
- participare la activități extrașcolare, hobby-uri;
- experiențe pozitive la școală/grădiniță;
- relații de prietenie;
- responsabilități la școală/grădiniță.

Mediul extins

- implicare în viața comunității.

Caracteristici ale copiilor rezilienți ce s-au bucurat de factori de protecție și au dezvoltat resurse interne și externe:

- competenți din punct de vedere social în interacțiunile cu adulții și alți copii;
- independenți și, dacă e nevoie, solicită ajutor;
- se exprimă liber;
- curioși și explorează mediul înconjurător;
- se joacă activ;
- se adaptează mai ușor la schimbări;
- încrezători în capacitatea lor de a-și controla anumite aspecte ale vieții;
- implicați în activități, au hobby-uri și preocupări etc.

FIȘA RESURSĂ 5

Recomandări pentru dezvoltarea rezilienței la copii și adolescenți.

Adulții din contextele de viață ale copiilor reprezintă principalii actori implicați în dezvoltarea rezilienței la copii. Ei pot sprijini dezvoltarea rezilienței la copii, în măsura în care, își dezvoltă propria reziliență. Acest proces implică adoptarea unor comportamente și învățarea în timp, a unui mod particular de a gândi și a acționa.

1. *Dezvoltați abilitățile sociale și emoționale ale copiilor* - construiți o rețea de suport social. Învățați copiii cum să își facă prieteni și cum să își mențină o relație de prietenie. Pentru a susține dezvoltarea abilităților sociale și emoționale (să își facă prieteni, să își mențină relațiile de prietenie, să manifeste empatie), este important să încurajați copiii să adopte comportamente adecvate în interacțiunea cu ceilalți, să își judece propriile acțiuni din perspectiva modului în care s-ar simți el, dacă ar fi tratat în mod similar, să judece pe termen lung consecințele propriilor acțiuni asupra celorlalți, să identifice și să adopte comportamente prosociale de rezolvare a conflictelor apărute în interacțiunea cu ceilalți. Oferiți copiilor o puternică rețea de suport în familie, pentru a obține astfel, susținerea de care au nevoie, pentru gestionarea adecvată a momentelor inevitabile de tristețe, dezamăgire, neputință care apar în viața lor.

2. *Încurajați copiii să ofere ajutorul altor persoane, care au nevoie de ajutor.* Copiii care se simt neputincioși pot să își reducă neputința prin ajutorarea altora. Implicați copiii în acțiuni de voluntariat potrivite nivelului lor de dezvoltare, solicitați asistență în efectuarea unor sarcini, sprijiniți-i să identifice diferite modalități prin care își pot ajuta colegii în contextul școlar.

3. *Stabiliți și respectați rutinele zilnice.* Respectarea rutinelor zilnice (de masă, de somn, de efectuare a temelor) oferă copiilor confort, siguranță și predictibilitate.

4. *Limitați accesul copiilor la situații și mesaje care au un puternic potențial de amenințare.* Învățați copiii cum să se focuseze pe alte informații decât cele care îi îngrijorează foarte mult. Îngrijorările copiilor au de cele mai multe ori legătură cu informațiile la care ei sunt expuși, prin prisma internetului, știrilor sau conversațiilor adulților la care asistă.

5. *Învățați copiii să aibă grijă de propria persoană.* Adoptați un stil de viață sănătos și oferiți copiilor dvs. un bun exemplu. Copiii învață, prin exemplul oferit de părinți, că este important

să își aloce timp pentru a mânca sănătos, pentru a face mișcare și a se odihni. Asigurați-vă că programul copiilor dvs. respectă un echilibru între activitățile care implică efort și cele de relaxare.

6. *Învățați copiii să își stabilească obiective rezonabile și să inițieze acțiuni în conformitate cu ceea ce își propun.* Orice pas mărunț pe care copiii îl fac în acord cu obiectivele pe care și le propun, are o importanță deosebită. Oferiți mesaje de laudă prin care să evidențiați progresul făcut și efortul investit. Astfel copiii vor fi conștienți de ceea ce au reușit să facă și se vor concentra pe ceea ce au reușit și nu pe ceea ce nu au reușit. Acest mod de abordare sprijină copiii să își construiască reziliența prin faptul că îi învață să își depășească provocările acționând.

7. *Cultivați copilului dvs. o imagine de sine pozitivă.* Sprijiniți copiii să își reamintească experiențele de succes în gestionarea situațiilor dificile din viața lor. Ajutați-i să înțeleagă că aceste provocări din trecut i-au întărit și îi ajută, pe viitor, să facă față provocărilor. Ajutați-i să aibă încredere în abilitatea lor de a rezolva probleme și de a lua decizii corecte, prin implicarea timpurie în contexte care să permită exersarea a acestor abilități.

8. *Adoptați un mod de a privi în perspectivă situațiile de viață.* Chiar și atunci când copiii se confruntă cu evenimente dureroase, sprijiniți-i să vadă situația într-un context mai larg, pe termen lung. Accentuarea aspectelor pozitive care pot apărea în viitor, exersează abilitatea copiilor de a remarca cu precădere lucrurile bune care li se întâmplă în viață și faptul că pot merge înainte, chiar dacă în prezent, trec printr-un moment extrem de dificil.

9. *Oferiți copiilor oportunitatea de a se autodezvolta.* Momentele dificile sunt adesea momente în care copiii învață lucruri despre ei înșiși. Ajutați copiii să se oprească și să analizeze maniera în care au făcut față situației, pentru a învăța despre cum au reușit să depășească momentul dificil. În contextul educațional, se pot planifica sesiuni de discuții despre momentele dificile prin care au trecut copiii și despre ce a învățat fiecare din confruntarea cu ele.

10. *Acceptați schimbarea ca parte naturală a vieții noastre.* Schimbările pot fi adesea înfricoșătoare pentru copii și adolescenți. Ajutați copiii să vadă schimbarea ca fiind o parte naturală a vieții noastre. De exemplu, noile obiective iau locul celor care au fost deja realizate iar în contextul educațional poate fi evidențiat modul în care schimbarea apare când elevii trec de la o clasă la alta, de la un nivel de școlarizare, la altul. De asemenea, este important să se discute modul în care aceste schimbări influențează dezvoltarea lor.

Surse bibliografice:

<http://www.parintibuni.ro/>

Direcția de Dezvoltare și Cooperare (DDC), *Gen, transformarea conflictelor și abordarea psihosocială, instrument de lucru tematic, 2005.*

MODULUL 3.5. Parentalitate pozitivă și stiluri de educație

SCOP

Formarea abilităților parentale bazate pe principiile educației pozitive.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să descrie semnificația și principiile educației pozitive;
- să identifice avantajele parentalității pozitive;
- să diferențieze parentalitate competentă de cea deficitară;
- să diferențieze disciplina de pedeapsă;
- să propună strategii de disciplinare pozitivă.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Fișe resursă
- Foi flipchart, markere
- Fișe decupate pentru joc de rol
- Fișe decupate pentru activitatea 3.

SCENARIUL

1. **Brainstorming Educație pozitivă, parentalitate pozitivă, părinte competent (15 min)**

- Divizați grupul de părinți în 3 echipe.
- Repartizați echipele câte o coală de flipchart și markere.
- Fiecare echipă va primi câte un concept și timp de 3 minute vor scrie pe flipchart cât mai multe cuvinte ce se asociază cu conceptul de bază. După 3 min spuneți Stop.
- Schimbați foile de la o echipă la alta și solicitați elaborarea unei definiții/ explicații a conceptului – cheie în baza cuvintelor trecute.
- Prezentarea definițiilor/explicațiilor, comentați și completați folosind informația din fișa resursă 1.

2. **Activitate în grupuri Părinte competent vs părinte deficitar (30 min)**

- Rugați părinții individual să-și amintească și să noteze cât mai multe comportamente ale propriilor părinți manifeste atunci când ei erau copii – ce putea să facă sau să spună părinții.
- Repartizați părinții în grupuri câte 3-4 persoane. Fiecare grup va primi un plic cu fișe decupate. Acestea vor fi caracteristici ale părintelui competent și ale celui deficitar. (decupați din Fișa resursă 2)
- Rugați participanții să repartizeze lista de comportamente în atitudini/acțiuni specifice unui părinte competent și atitudini/acțiuni specifice unui părinte deficitar.
- Oferiți fiecărui grup fișa resursă 2 și rugați-i să suprapună cele scrise cu informația.

Discuții:

- Cum v-ați simțit în această activitate?
- Ce emoții, sentimente ați trăit când v-ați întors înapoi în copilărie?

- Cum a fost să repartizați comportamentele în două coloane?
- Au fost sau nu diferențe dintre comportamentele scrise de voi și cele din fișa resursă?
- Care din aceste coloane se asociază cu educația pozitivă, care cu disciplinarea?
- Cum influențează asupra copiilor comportamentele din prima coloană? Dar din a doua coloană?
- În ce fel vă ajută acest exercițiu să vă gândiți asupra relației voastre cu copiii?

3. Activitate „Stiluri de educație” (45 min)

- Rugați 4 voluntari să însceneze un joc de rol, în care un copil expune o situație și sunt 3 părinți care reacționează. Participanții sunt rugați să descrie și să evalueze reacția părintelui. (Fișa resursă 3)
- Formați 5 grupuri. Repartizați fiecărui grup descrierea unui stil parental. (Fișa resursă 4) Solicitați participanții să identifice semne în baza cărora poate fi identificat stilul parental.
- Prezentarea grupurilor.

Discuții:

- Cum ați reușit să identificați stilul parental?
- De ce avem nevoie să cunoaștem semnele stilului parental?
- Care sunt avantajele fiecărui stil parental?
- Care sunt riscurile stilurilor parentale?
- Care din aceste stiluri parentale sunt potrivite pentru educația copiilor în ziua de azi?

Temă pentru acasă

Analizați comportamentul dvs. în relație cu copilul. Identificați acele comportamente care credeți că influențează negativ respectul de sine al copilului și pe parcursul săptămânii care urmează evitați pe cât posibil acele comportamente. Observați ce schimbări se produc în comportamentul copilului.

FIȘA RESURSĂ 1

Educația pozitivă

- ✓ Educația parentală pozitivă este acea formă de educație care pune accent în primul rând pe nevoile copilului. Ei ajung să se comporte într-un anumit fel din diverse motive, de asta, este important să vedem ce stă în spatele unui anumit comportament.
- ✓ Educația pozitivă este despre copil și nevoile lui, nu ale părintelui.
- ✓ Modalitatea prin care copiii pot fi crescuți fără apel la violență și pedepse, în acord cu respectul pentru ei ca ființe umane, cu nevoi de protecție, suport și iubire necondiționată.
- ✓ Modalitatea prin care părinții își mută atenția de pe obiectivele pe termen scurt - *vreau să mă asculte acum*, către obiectivele pe termen lung - *vreau ca, copilul meu să devină un adult autonom, responsabil și echilibrat, cu care eu să am o relație caldă și apropiată și peste 20 de ani*. Această schimbare de focus îi ajută pe părinți să se gândească în fiecare moment: *Ce am făcut astăzi pentru a mă apropia de copilul meu? În ce fel faptul ca l-am lovit sau am țipat la el îl învață pe copil să devină autonom, responsabil, echilibrat și apropiat de mine peste 20 de ani?* Prin această metodă, părinții promovează soluțiile care îl învață pe copil autocontrolul și autodisciplina, pe care acesta și le va însuși chiar și atunci când părintele nu este în preajmă.
- ✓ Educația pozitivă este comunicarea clară a limitelor și regulilor față de copil, astfel încât acesta să înțeleagă care sunt așteptările celor din jur față de comportamentul său în diferite contexte de viață.
- ✓ Educația pozitivă este cunoașterea copiilor și a ritmului lor de dezvoltare, pentru a avea așteptări realiste față de ei.
- ✓ A educa pozitiv copilul înseamnă a aduce în relația părinte-copil căldura, dar și structura și limite, înțelepciunea de a transforma orice situație cotidiană, cât ar fi de negativă, de provocatoare, într-o lecție de empatie, respect, înțelegere a nevoii care a creat acea situație. Orice părinte, trebuie să își pună permanent întrebarea: *În ce măsură, ceea ce voi face sau voi spune acum, ne ajută, pe mine și pe copilul meu, să nu ne mai găsim într-o astfel de situație?*

FIȘA RESURSĂ 2

Abilitățile părinților²

Rolul de părinte este un amestec de bucurii și frământări pentru oricine și nimeni nu poate pretinde că deține toate răspunsurile la problemele legate de creșterea copiilor. Nici un părinte sau „specialist” nu le are. În plus, fiecare părinte are identitatea și unicitatea lui, așa cum fiecare familie este unică.

Părinții trebuie să vină mereu în întâmpinarea nevoilor de dezvoltare ale copilului, trebuie să-i permită copilului să ceară ceea ce are nevoie pentru că acesta să capete încredere în el însuși, în oameni și în viață.

Nu exista o rețetă specială pentru a fi un bun părinte. Totuși există anumite *calități esențiale și indispensabile pentru părinte*:

- Un bun părinte știe să se facă dispensabil pentru copil.
- Un bun părinte găsește timp pentru distracție.

² <http://www.educatieparentala.ro/>

- Un bun părinte știe cum și când să spună nu.
- Un bun părinte este un model pentru copil.
- Un bun părinte dă dovadă de o dragoste necondiționată față de copilul său.
- Un bun părinte acceptă copilul exact așa cum este el.
- Un bun părinte așteaptă și iubește copilul pentru ceea ce este și nu pentru ceea ce face.

Abilitățile pozitive de părinte nu sunt ceva înăscut; ele se învață.

Abilități de bază pentru a fi un bun părinte:

- Abilitatea de a percepe copilul în mod realist.
- Abilitatea de a accepta responsabilitatea satisfacerii nevoilor copilului și nu invers.
- Abilitatea de a privi în mod corect colaborarea copilului.
- Abilitatea de a interacționa pozitiv cu copilul.
- Abilitatea de a răspunde nevoilor copilului.
- Abilitatea de a pune în prim-plan nevoile copilului înaintea celor personale.

- ⌘ Relațiile dintre părinți și copii sunt sănătoase atunci când sunt orientate de scopul de a îngriji și nu de a controla și manipula.
- ⌘ Cele mai bune rezultate în educația copiilor le obțin părinții care sunt optimiști în relația cu copiii lor.
- ⌘ Educația copiilor este cea mai profitabilă investiție (în timp, atenție, înțelegere, dragoste) pe care o pot face părinții pentru ei.

Parentalitate competentă vs Parentalitate deficitară

Parentalitate competentă cuprinde comportamente care facilitează dezvoltarea sentimentului de competență la copil – acestea sunt:

- Părintele este activ și pozitiv implicat în viața copilului.
- Dialogul dintre părinte și copil este direct, deschis și cooperant.
- Părinții comunică între ei cooperant.
- Părintele este flexibil în stabilirea limitelor de comportament.
- Părintele modulează în mod potrivit exprimarea iubirii și intimității.
- Părintele stabilește limite clare între copil și mediu.
- Părintele identifică și înțelege nevoile copilului.
- Părintele face observații corecte atât asupra comportamentului copilului, cât și asupra propriului său comportament.
- Părintele dezvoltă și încurajează independența, dezvoltarea personală, responsabilitatea socială și încrederea în sine a copilului.
- Părintele dezvoltă și întărește stima de sine a copilului.
- Părintele cunoaște punctele tari și punctele slabe ale copilului.
- Părintele este perceput de către copil ca un model de rol pozitiv.
- Părintele aplică strategii potrivite de disciplinare.
- Părintele sprijină relația copilului cu celălalt părinte.
- Părintele încurajează comportamentele adecvate social și respectul pentru regulile care guvernează societatea.

Parentalitate deficitară reprezintă orice atitudine sau comportament al părintelui care expune copilul la risc. Poate fi vorba despre: comportamente adictive, abuzive sau

disfuncționale din punct de vedere emoțional, comportamente sau atitudini nepotrivite din punct de vedere social. Părinții care se încadrează în acest grup pot crește copii cu probleme emoționale, psihologice, sociale sau educaționale. Comportamentele de parenting deficitar cuprind:

- Consumul și abuzul de substanțe
- Abuzul fizic
- Abuzul sexual
- Stilul de parenting caracterizat prin neglijare
- Stilul de parenting autoritar
- Consumul și abuzul de alcool
- Abuzul emoțional/psihologic
- Abuzul verbal
- Abuzul de putere și control în relație
- Boala mentală gravă a părintelui

FIȘA RESURSĂ 3

Joc de rol

Istoria mamei: O mamă povestește despre greutatea cu care ea îl făcea pe fiul ei să vină acasă la timp. Ea povestește despre scuzele lui, despre promisiunile încălcate și ceasul stricat. Problema ei era una deosebită.

Istoria fiului: „Îmi place să mă joc după lecții în curtea școlii cu prietenii. Știu că trebuie să fiu acasă la 17.45, dar uneori eu uit. Ieri și alaltăieri am întârziat. Mama a fost așa mândioasă încât azi am hotărât să întreb cât este ora de prietenul meu. Nu am vrut ca mama să strige din nou. Prietenul mi-a spus că este 18.15. Am încetat joaca și am alergat din toate puterile acasă. Am explicat mamei că am întrebat ora de prieten, doar că era prea târziu de acum.”

▪ Prima reacție părintească. „Am ascultat destule justificări de ale tale. Văd că acum nu pot avea încredere în tine. Ei, de data asta vei fi pedepsit. În fiecare zi, următoarea săptămână vei veni acasă după lecții și vei sta acasă. Și nu crede că te vei putea uita la TV. Acum poți să pleci la tine-n odaie. Cina s-a terminat” (Stil autoritar, punitiv).

▪ A 2-a reacție părintească. „O, dragule ai transpirat alergând. Stai să iau un prosop umed și să-ți șterg fața. Promite-mi că nu o să mai întârzi din nou. Mă faci să mă simt tensionată când întârzi. Acum mergi și spăla-te pe mâini căci cina se răcește... oh, poate mama să o încălzească încă odată pentru tine” (Stil permisiv).

▪ A 3-a reacție părintească. „Îmi spui că ai făcut un efort și eu mă bucur să aud asta. Dar sunt totuși supărată. Nu vreau să mă îngrijorez din nou. Și aștept că dacă tu spui că vei fi acasă la 17.45, atunci așa să fie. Noi am mâncat deja. Nu a mai rămas supă, dar dacă vrei poți să-ți faci un sandwich” (Stil cu autoritate).

FIȘA RESURSĂ 4

Stiluri parentale

Părintele autoritar	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ cere copilului să respecte cu strictețe, fără să comenteze, regulile existente; ▪ filosofia de viață a acestuia: „<i>Nimic nu este mai presus de lege.</i>”; ▪ nu consideră că este obligat să ofere explicații suplimentare, justificând prin expresii de genul: „<i>De ce? Pentru că sunt mama/ tatăl tău! Nu se discută!</i>”; ▪ intenția copilului de a-și manifesta independența este interpretată ca o formă de rebeliune, fapt care reprezintă o sursă importantă a conflictelor; ▪ este rece și detașat de copil, impunând respectul muncii și efortului 	
<i>Avantaje</i>	<i>Dezavantaje</i>
<ul style="list-style-type: none"> • copilul se obișnuiește să devină ordonat, disciplinat, respectuos, față de cei de care îi este frică; • se dezvoltă spiritul critic al copilului; copilul devine „perfecționist”. 	<ul style="list-style-type: none"> • copilul va învăța foarte greu să devină sensibil la dorințele altora; • toată viața se va ghida după regulile stricte; • nu va ierta pe cei care greșesc; • va fi lipsit de inițiativă, de curaj și veșnic nemulțumit, deoarece se teme că va greși; • „a greși” este sinonim cu „a fi un ratat”; • stima de sine a copilului este diminuată.
Părintele indulgent	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ permite copilului să se manifeste cum vrea el, fără să-i impună multe restricții; ▪ filosofia de viață a acestuia: „<i>Copiii vor înflori singuri la timpul potrivit</i>”; ▪ pentru părinte, cea mai mare valoare – libertatea de expresie (verbală, artistică); ▪ manifestă sensibilitate la drepturile altora, se consultă cu copilul atunci când ia decizie; ▪ manifestă căldură și interes față de tot ceea ce face copilul. 	
<i>Avantaje</i>	<i>Dezavantaje</i>
<ul style="list-style-type: none"> • permite copilului să-și dezvolte o identitate proprie și să aibă o personalitate distinctă, marcantă, originală, • copilul se simte important, special, fapt ce determină creșterea stimei de sine; • se dezvoltă creativitatea și capacitatea de a lua decizii 	<ul style="list-style-type: none"> • copilul înțelege foarte greu rolul limitelor, al regulilor, de aceea, la nevoie, nu va ști să țină cont de ele; • poate fi considerat obraznic sau chiar copil „problemă”; • s-ar putea, curând, el „să ia controlul familiei”, în sensul că nu va mai face decât ce vrea el și nu va mai accepta sfaturi; • părintele se va simți „depășit”.
Părintele democratic (echilibrat)	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ îmbină controlul sistematic cu un nivel înalt al suportului parental; ▪ formulează reguli și controlează respectarea lor, dar nu le impune; ▪ este deschis la schimburi verbale cu copiii; ▪ manifestă iubire, dar și limite, așteptări, dar nu cereri; ▪ este suficient de indulgent, flexibil și deschis spre nou, pentru a putea accepta tot ce ar putea ameliora viața copilului și a familiei; ▪ prezintă suficientă autoritate pentru a-i învăța pe copii să accepte reguli și să îndeplinească eficient sarcinile care li se dau; 	

<ul style="list-style-type: none"> ▪ este suficient de protector, pentru a oferi copilului securitatea de care are nevoie; ▪ încurajează copilul să fie independent, respectându-i opiniile, interesele și personalitatea. 	
<i>Avantaje</i>	<i>Dezavantaje</i>
<ul style="list-style-type: none"> • copilul își va dezvolta un echilibru emoțional, care va sta la baza dezvoltării armonioase a personalității; • copilul își va dezvolta deprinderi de comunicare eficientă, va manifesta creativitate, capacitate decizională, autonomie personală; • copilul va avea un nivel înalt și sănătos al stimei de sine; • va manifesta respect față de alții, va lua în considerație opinia celorlalți, va accepta observații; • independența care i se acordă, îl va ajuta să-și identifice propriile atitudini și să aleagă meseria care i se potrivește cel mai bine. 	<ul style="list-style-type: none"> • copilul se va adapta cu greu stilului autoritar; • ar putea fi considerat „bleg”, pentru că nu va executa prompt sarcinile solicitate, sau dimpotrivă, „impertinent”, pentru că discută ordinele.
<i>Părintele indiferent</i>	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ neglijează copilul, nu este preocupat de realizările lui; ▪ nu manifestă frecvent trăiri emoționale pozitive pentru copil; ▪ uneori lasă de înțeles că, copilul „este în plus”, „este o povară”, de care s-ar putea lipsi oricând; ▪ filosofia de viață a acestuia: „<i>În viață nu te poți baza pe nimeni altcineva decât pe tine însuși</i>”. 	
<i>Avantaje</i>	<i>Dezavantaje</i>
<ul style="list-style-type: none"> • lipsa afecțiunii îl face mai rezistent la greutățile vieții. 	<ul style="list-style-type: none"> • copilul învață că părerea lui nu contează prea mult, se simte lipsit de importanță; • își dezvoltă o stimă de sine redusă, poate deveni timorat și urmărit în permanență de un complex de inferioritate; • se va baza doar pe experiența lui de viață; • va fi mai rigid, mai insensibil la sentimentele și dorințele celorlalți, mai apatic.
<i>Părintele protector</i>	
<ul style="list-style-type: none"> ▪ este aparent un părinte model: extrem de atent la nevoile copilului, se dedică cu toată ființa meseriei de părinte; ▪ prioritatea este de a oferi copilului securitate; ▪ consideră că un copil este o ființă fragilă, care are nevoie în permanență de sprijin și protecție; ▪ filosofia de viață a acestuia: „<i>Nu tot ce zboară se mănâncă.</i>” Își învață copilul să fie precaut și rezervat, față de tot ceea ce vine din afara familiei; ▪ hiperprotecția duce la îngrijorarea generalizată, calamități și catastrofe sunt la fiecare colț de stradă; 	

<ul style="list-style-type: none"> ▪ când apare o problemă, se grăbește să caute vinovații și să țină morală, ceea ce duce la scăderea eficienței rezolvării conflictului și a învățării unor reguli de disciplină; ▪ acceptă greu situația în care copilul începe să-și dezvolte independența 	
<i>Avantaje</i>	<i>Dezavantaje</i>
<ul style="list-style-type: none"> • copilul beneficiază de securitate, sprijin și protecție. 	<ul style="list-style-type: none"> • copilul se simte sufocat și are tendința de a se îndepărta de părinte; • copilul găsește că este dificil să comunice direct cu părintele despre problemele personale, de teamă că acesta nu îl va înțelege și se va îngrijora; • copilul va învăța să ascundă informații, va avea o viață secretă, personală; • frustrarea, mânia va exprima indirect, prin acte de răzbunare sau de sabotaj.

MODULUL 3.6. Strategii de disciplinare pozitivă

SCOP

Dezvoltarea abilităților de modificare a comportamentelor copiilor din perspectiva disciplinării pozitive.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să diferențieze disciplinarea de pedeapsă;
- să selecteze metoda optimă de disciplinare.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Foi resursă
- Flipchart, markere

SCENARIUL

1. **Discuție *Disciplină versus pedeapsă* (30 min)**

- Inițiați o discuție referitor la modul în care au fost disciplinați de părinții lor. Împărtășirea experiențelor de copil : Cum v-au disciplinat părinții? Cum v-ați simțit când au folosit acest tip de disciplină?;
- Rugați părinții să noteze 2-3 metode de disciplinare/ de menținere a controlului pe care le aplicau părinții.
- Împărțiți părinții în echipe câte 4-5 persoane și rugați să facă o listă a metodelor de disciplinare din cele notate individual.
- Solicitați părinților să divizeze lista de metode în două: pedepse și metode de disciplinare.
- Echipele prezintă produsul realizat. Întrebați-i după ce criteriu au făcut listele? Pe ce s-au bazat când au identificat metoda ca fiind disciplină sau pedeapsă?
- În următoarea etapă rugați părinții să identifice efectele pozitive și negative ale disciplinei și pedepsei.
- Echipele prezintă produsul realizat.
- Completați (la necesitate corecți) răspunsurile cu explicații apelând la informația din fișa resursă 1.

Discuții:

- Ce sentimente ați trăit atunci când v-ați transpus în copilărie?
- S-a îmbunătățit comportamentul în urma pedepselor și pentru cât timp? Dar în urma disciplinării?
- Ce au în comun metodele de disciplinare și pedepsele?
- Ce aspect al disciplinei a funcționat sau nu și de ce?
- Cum ați vrut să vă trateze părinții?
- Care este diferența dintre disciplină și pedeapsă?
- Cine este responsabil pentru folosirea acestor metode?
- Acum în rol de părinți ce metode de disciplinare folosiți?

- La ce vârstă a copilului metodele de disciplinare sunt cele mai adecvate?

2. Activitatea *Metode de disciplinare* (30 min)

- Solicitați părinților să exemplifice situații în care comportamentul copiilor a ieșit de sub control.
- Rugați părinții să-și amintească o metodă de disciplinare la care recurg pentru a-și controla copilul.
- Solicitați părinții să răspundă în mod individual la următoarele întrebări:
 - Ce doresc eu să învețe copilul meu din această experiență, situație, sau oportunitate?
 - Ceea ce fac eu îl ajută pe copilul meu să învețe aceasta?
 - Există efecte negative generate de comportamentul meu?
 - Dacă este așa, ce pot să fac diferit?
- Stimulați părinții să comunice cine dorește despre reflecțiile proprii în baza celor patru întrebări.
- Oferiți părinților o scurtă prezentare a metodele de prevenire a comportamentelor neadecvate (fișa resursă nr. 2).
- Invitați părinții la o discuție asupra următoarelor aspecte:
 - Ce au în comun aceste metode?
 - Cine este responsabil pentru folosirea metodelor de disciplinare?
 - Când este momentul potrivit pentru încercarea acestor metode?
 - Ați putea folosi mai mult decât una într-un anumit moment?
 - La ce vârstă a copilului sunt aceste metode cele mai adecvate?
 - Ați încercat vreuna dintre ele până acum? Care a fost rezultatul?
 - Ați încercat altele care seamănă cu acestea?

3. Activitatea *Schimbul de experiență* (30 min)

- În echipe câte 4 persoane, solicitați părinților sarcina să elaboreze metode de prevenire a comportamentelor nedorite. Stimulați părinții să apeleze la experiența proprie, să identifice acele momente pozitive când metodele au funcționat. Pentru a elabora metode eficiente, sugerați următoarele criterii: metoda să nu fie în detrimentul satisfacerii nevoilor copiilor, să nu fie pusă la îndoială dragostea părinților, să fie aplicate cu respect și empatie, să coreleze cu reguli și limite.
- Se face o listă a metodelor. Comentați și completați cu informația din Fișa resursă 3.

Temă pentru acasă

Stabiliți prin discuție împreună cu copiii reguli și limite clare cu privire la ceea ce are de făcut, astfel încât ambele părți să fie de acord și s-și asume responsabilitatea de a le îndeplini.

Folosiți un card pentru a ține evidența rutinelor zilnice.

Observați și notați timp de o săptămână comportamentele pozitive ale copilului, notați progresele pe care le remarcă în comportamentul copilului și realizați o listă cu mesaje de apreciere pe care le puteți transmite.

FIȘA RESURSĂ 1

Disciplinarea

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

Diferențele dintre metodele de disciplinare și metodele bazate pe pedeapsă

Disciplina	Pedeapsa
<ul style="list-style-type: none">▪ implică drepturi egale și respect reciproc;▪ oferă posibilitatea de a lua decizii;▪ este asociată în mod logic cu comportamentul neadecvat;▪ se adresează comportamentului, nu persoanei și nu implică judecata morală;▪ pune accent pe ceea ce copilul ar trebui să facă într-o anumită situație;▪ părinții transmit copilului că este acceptat și iubit, în pofida comportamentului inadecvat;▪ este un proces continuu;▪ dezvoltă autocontrolul;▪ dezvoltă capacitatea de a gândi a copilului;▪ dezvoltă respectul de sine;▪ formează comportamentul adecvat.	<ul style="list-style-type: none">▪ se exprimă prin puterea autorității;▪ copilul este forțat să adopte un anumit comportament;▪ este aplicată după bunul plac al părintelui;▪ are sens numai pentru adult;▪ nu are legătură logică cu comportamentul inadecvat;▪ se adresează persoanei, nu comportamentului;▪ se concentrează asupra comportamentelor anterioare, amintind copilului de greșelile făcute;▪ copilul este amenințat cu pierderea respectului sau a iubirii;▪ pune accent pe ceea ce copilul nu trebuie să facă;▪ insistă asupra respectării ordinelor;▪ poate încuraja comportamentul indezirabil, pentru a atrage atenția părinților.

Consecințele pedepsei ca metodă de disciplinare:

- După pedeapsă, este destul de straniu, dar copilul se comportă în modul opus de cel care-l așteptăm.
- Pedeapsa necesită control extern din partea altei persoane. Cei care pedepsesc nu respectă și nu au încredere în persoanele pe care le pedepsesc.
- Pedeapsa fizică nu inhibă violența, ci din contra o dezvoltă.




- Pedeapsa frustrează copilul și îi dă un model de imitat și de la care învață.
- Folosirea pedepsei dezvoltă în copil rezistența.
- Copilul învață un model agresiv de gândire și relaționare. Copiii ce au fost pedepsiți fizic, întreprind mai multe acțiuni ostile, ca răspuns la comportamentul neclar al celorlalți din jur, găsesc mai puține soluții pentru soluționarea problemelor și aleg variantele mai ostile.
- Copilul poate învăța cum să evite orice vină pentru comportamentul avut. El primește pedeapsa și astfel își permite să facă orice. El ia pedeapsa ca pe o plată pe care o plătește dar poate face tot ce vrea. În acest caz copilul nu trebuie pedepsit și astfel simțul vinovăției (consecință naturală) îl va face să regreta, ceea ce pedeapsa nu permitea.

FIȘA RESURSA 2

Metode de disciplinare

1. *Verificați Nevoile De Bază:* copilului îi este foame, este obosit, sau este bolnav? Oricare dintre acestea sau alte probleme pot să-l facă pe un copil să devină nemulțumit și iritabil.
2. *Comunicați Așteptări Clare:* copiii au nevoie să știe ce comportamente așteaptă părinții. Instrucțiunile trebuie să fie cât mai simple posibil folosind cuvinte pe care copilul le înțelege, vorbind clar, menținând contactul vizual. După ce v-ați exprimat clar așteptările, încercați să repetați cu copilul comportamentul dorit. De exemplu: *“Când suntem la cumpărături, vreau să stai în căruț și mă poți ajuta ținând cutia cu mâncare pentru cățel. Poți să-mi arăți cum vei face asta? Ține mâinile în căruț, ca să nu te lovești și să nu răstorni ceva.”*
3. *Reduceți Plictiseala:* Implicarea copiilor într-o activitate sau conversație interesantă le va redirecționa energia.
4. *Planificați Tranzițiile:* Pregătirea copilului pentru tranziție (“După ce se termină emisiunea, e timpul să mergi la culcare”) și implicarea lui în activitatea următoare (“Poți să-ți alegi ce pijama să porți”) poate să ușureze acest stres.
5. *Schimbați Mediul:* Mediul poate fi schimbat (îndepărtat, adăugat sau rearanjat) pentru a evita comportamentul neadecvat. Faceți în așa fel încât mediul să se adapteze nevoilor copilului.
6. *Modelați Comportamentul Adecvat:* Arătați-le copiilor cum doriți să se poarte. Copiii învață din ceea ce văd.
7. *Folosiți Simțul Umorului:* De multe ori, momentele potențial dificile pot fi ușurate folosind simțul umorului, o glumă sau o îmbrățișare.
8. *Oferiți O Alegere Între Două Alternative:* Când îi oferiți unui copil o alternativă, aceasta îl ajută să simtă că deține controlul asupra vieții sale și ne ajută să-i câștigăm cooperarea. Întrebați-l pe copil: *“Ce ai dori să facem înainte de a pleca din parc, să ne dăm în leagăn cinci minute sau pe tobogan cinci minute?”*

Unelte de disciplinare pozitiva

-  Creeaza rutine, deci ordine!
-  Stabileste reguli clare, tinand cont de nevoile copilului si de posibilitatile lui!
-  Ignora comportamentul necorespunzator atunci cand se poate!

- ✚ Fii ferm si constant in ceea ce faci sau ceri!
- ✚ Fa si tu ceea ce ii ceri lui! Copilul invata prin imitatie.
- ✚ Exprima cereri care sa cuprinda mai degraba “a face” si nu “a nu face” un lucru!
- ✚ Explică-i copilului la nivelul vârstei lui ce vrei de la el!
- ✚ Transmite mesaje simple, clare si scurte!
- ✚ Autoritatea poate fi afirmata ferm, dar intr-o maniera iubitoare.
- ✚ Utilizeaza un limbaj verbal si non-verbal adecvat si respectuos!
- ✚ Oferă copilului posibilitatea sa aleaga, atunci cand este posibil!
- ✚ Aplauda-i succesele! Marcheaza-i fiecare reușită!
- ✚ Spune-i de fiecare data ce a facut bine!
- ✚ Intareste comportamentul pozitiv al copilului prin laude!
- ✚ Indruma-l corect cand greseste ceva!
- ✚ Controleaza situatia, nu copilul!
- ✚ Negociaza cu copilul si daca este cazul, fa un compromis!
- ✚ Incurajeaza si adopta o atitudine de tipul orice problema are o rezolvare!
- ✚ Cand critici, nu-l demoraliza! Spune-i ca poate si cum sa reuseasca!
- ✚ Citeste-i povestiri cu eroi care reusesc! Incurajeaza-i umorul!
- ✚ Sustine-ti partenerul si cere-i acestuia sa te sustina la randul lui!
- ✚ Asculta cu atentie ceea ce va spune copilul, incearca sa il intelegi si ia in considerare si parerile lui! Ai incredere in el!
- ✚ Ai rabdare! Persevereaza si exerseaza mereu!

FIȘA RESURSĂ 3

Tehnici pentru prevenirea comportamentelor distructive și incurajarea comportamentelor pozitive:

1. Creaza un program, ritualuri si amenajeaza corespunzator mediul

- ✓ Daca, copilul stie la ce sa se astepte, el va fi mai putin stresat. Rutina stabilita pentru tranzactii cum ar fi mersul la culcare sau gradinita va creste încrederea si siguranta acestuia.
- ✓ Activitatile predictibile pot ajuta la crearea suportului necesar pentru exprimarea emotiilor.
- ✓ Peste timp, odata ce creste, ritualurile se vor modifica. Citirea unei poezii simple inainte de culcare poate fi o activitate potrivita pentru varsta de un an; cand copilul va avea doi ani va alege doua sau trei cartulii pe care sa le citesti; la 8-9 ani va citi probabil singur, inainte de culcare (asta in cazul in care il veti ajuta sa deprinda placerea de a citi si nu il veti lasa sa adoarma in fata televizorului).
- ✓ Pe langa rutina ce priveste anumite comportamente țintă, după exemplele de mai sus, este recomandat un program zilnic al activităților copilului. Acesta e bine să știe ce are in program, ce urmeaza sa se intample.
- ✓ Acestea nu trebuie sa devina reguli inflexibile. Tine cont de anumite circumstante speciale (zile cand copilul are ore particulare, sport, muzica,etc.), precum si de varsta copilului.
- ✓ Concepe programul impreuna cu copilul si afiseaza-l undeva la vedere. Tine cont si fa diferenta intre programul din timpul de scoala sau cel de la sfarsitul saptamanii sau din timpul vacantei.

2. Stabileste reguli clare

Nu toti oamenii respecta toate legile. Mereu vor fi unii oameni care vor incalca unele reguli. Insa daca acestea exista il vor ajuta pe copil sa inteleaga mai bine ce se asteapta de la el. Pentru a ajuta copilul sa invete sa respecte regulile este nevoie ca acestea sa precizeze:

1. ce trebuie sa faca copilul si nu ce nu trebuie sa faca;
2. in ce situatie sa faca acest lucru si situatiile cand se accepta exceptii de la regula;
3. ce consecinte pozitive vor aparea daca respecta regula.

Am mentionat anterior faptul ca **reguli precum nu face, nu lovi, nu vorbi sunt foarte ineficiente.**

Exemple de reguli clare sunt:

Ce? – ma astept sa spui „te rog frumos”

Ce? – ti se cere sa-ti faci temele

Cand? – cand ceri ceva

Cand? – dupa ce ai venit de la scoala

Consecinta pozitiva – vei primi, daca se poate, ceea ce ceri.

Consecinta pozitiva – vei putea merge la joaca

Asigura-te ca copilul stie sa faca ceea ce astepti de la el. De multe ori parintii spun copilului doar ce sa nu faca si nu realizeaza ca acestia nu au nici cea mai vaga idee de ce se asteapta de la ei.

Pentru a respecta regulile copii trebuie:

- (1) sa stie sa faca ce se cere de la ei si
- (2) sa creada ca pot face.

Caracteristicile unor reguli bune:

- Mentine numarul lor la minim. Nu pune o gramada de reguli. Ii va fi greu sa stie ce vrei de la el.
- Foloseste cuvinte simple.
- Prezinta cerinte de baza.
- Folositi un limbaj pozitiv.
- Regulile sa fie specifice.
- Afisiaza-le la vedere.
- Stabiliti consecinte pentru fiecare regula.

Exemple de reguli care deriva din comportamente problema: acest tip de reguli deriva direct din comportamentele problema a copilului. Cand sesizati un comportament problema la copilul dvs. ganditi-va ce ati dori sa faca copilul si stabiliti cateva reguli pe care acesta sa le respecte.

Comportamentul problema	Regula
iese afara la joaca fara sa isi faca temele/sa manance	poti iesi afara dupa ce ti-ai terminat temele/ai mancat
nu se spala pe dinti	inainte de a te baga in pat, te speli pe dinti
isi loveste sora	in casa noastra oamenii vorbesc frumoasa atunci cand nu le place ceva si nu se lovesc
nu se spala pe maini	dupa ce te speli pe maini poti veni la masa
nu isi face curat in camera	te poti uita la TV dupa ce ai facut curat in camera

3. Prezenta langa copil

Se realizeaza prin **simplic prezenta in vecinatatea copilului**. Multi parinti isi trimit copiii sa faca teme, sa isi faca curat in camera, sa faca mancare fara sa se gandeasca ca pentru un copil e mult mai greu si covarsitor acest lucru. Dupa ceva timp cand merg in camera copilului sunt oripitati ca acesta se uita la TV sau se joaca la computer sau pur si simplu se zgaieste pe fereastra.

- ✓ **la-ti timp** si aseaza-te langa copil cand isi face temele. Simpla ta prezenta il ajuta sa se concentreze dezvoltandu-si astfel capacitatea de a sta focusat fara a se intrerupe pe ceea ce face.
- ✓ **la-ti timp** cand ii ceri copilului sa faca curat si fa si tu impreuna cu el. Ii va fi mult mai usor si va face cu mai multa placere. Stabileste un timp cand o faceti, nu tuna si fulgera: „acum facem curatenie”.
- ✓ **la-ti timp** si pregateste-te de culcare impreuna cu copilul tau. Indiferent cat de mare e, acesta va amana sa se culce atata timp cat tu te preumbli prin casa.

Folosind aceasta tehnica iti ajuti copilul sa faca comportamentele pozitive si sa le evite pe cele negative.

Recomandari:

- muta-te langa copil cand comportamentul escaleaza, nu cand nu mai poate fi controlat.
- nu fa comentarii cu privire la comportament. Orice comentariu ar putea agrava comportamentul

Comportamentul problema	Fac urmatoarele:
se intrerupe din facutul temelor	imi iau ceva de facut langa el pana termina temele
gaseste ceva de facut in loc de a face curatenie in camera	fac ceva in aceasi camera cu el, il ajut PUTIN
stiu ca urmeaza o cearta intre frati	intru in aceasi camera si ma apuc sa fac ceva fara a spune nimic

4. Controlul mediului

Tehnica de control al mediului presupune amenajarea spatiului in functie de comportamentele care vrei sa apara. De exemplu: daca vrei sa invete ii faci un spatiu pentru lectii. Creirul va asocia spatiul respectiv cu facutul lectiilor. Daca vrei sa citeasca, vei pune carti si materiale de citit la indemana copilului si vei inchide televizorul.

Comportamentul asteptat	Controlam mediul prin:
facutul temelor	amenajam spatiu special cu masa/birou, se inchide TV si calculatorul, nu vorbim la telefon si nu ascultam radioul
mersul la culcare	stabilire ritualuri: spalare pe dinti, citit poveste/joaca dupa care urmeaza culcarea. La copiii mai mari se inlocuieste cititul povestii cu discutii sau glume.
cititul	se pun in camera rafturi cu carti la nivelul la care copilul poate ajunge la ele.

5. Trezirea interesului

- ✓ Este o tehnica foarte utila in cazul plictiselii si lipsei de atentie la copii sau cand spun ca nu le place un anumit tip de activitate.
- ✓ Ca si adulti avem multe informatii (iar daca nu, le putem afla) si ii putem implica pe copii cu propozitii de genul: „*Stiai ca...?*”
- ✓ Uita-te la subiectele pe care le studiaza la scoala si alege anumite lucruri la care sa se gandeasca. Evita expresii de genul: „*du-te si invata... iar nu ai invatat, etc*”. Fa din invatat o activitate placuta. Pune accent pe a sti, a afla si nu pe note.
- ✓ Interesul poate fi trezit si pentru efectuarea unor sarcini in casa, gatit, calatorii, obligatii. Explica-le si cauta documentare vizuale despre cum functioneaza aspiratorul, masina de spalat, cum cresc plantele, ce facea un anumit domnitor, cum traiau oamenii mai de mult, ce face un doctor, ce face un mecanic, ce face un sofer, cum functioneaza corpul nostru, etc. Acest fel de lucruri sunt interesante pentru copii in cele mai multe ocazii.
- ✓ Parintii care vor sa incurajeze o alimentatie sanatoasa la copii pot sa-i caute pe net documentare despre cum se fac chipsurile si ce se intampla in organism cand le consumam.
- ✓ Trezirea interesului este foarte eficienta, de asemena, cand copiii trebuie sa-si faca temele. Daca copilul studiaza la scoala despre diferite animale, cauta lucruri interesante despre animalele respective. Daca studiaza la istorie despre un anumit domnitor, cauta lucruri interesante despre acesta si vorbeste cu el despre acestea. Copilul va fi mult mai motivat sa-si faca tema si o va face cu placere.

Surse bibliografice:

<http://www.top-psy.ro/>

MODULUL 3.7. Modelarea comportamentului

SCOP

Dezvoltarea abilităților parentale în ce privește modelarea comportamentelor copiilor.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să înțeleagă faptul că orice comportament poate fi învățat;
- să aplice tehnici de modelare a comportamentului;
- să stabilească legătura dintre comportamente și consecințe,
- să elaboreze mesaje care să evite pedeapsa și să prevină comportamentele nedorite.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- foi flipchart, markere;
- fișa resursă 1-3;
- set de materiale (flipchart, carioci sau creioane colorate)

SCENARIUL

1. Activitate individuală (15 min)

- Rugați părinții să-și amintească de cineva din rude, prieteni de familie, persoane cunoscute, oricare altă persoană admirată în trecut.
- Inițiați discuția despre persoanele respective. Ce v-a determinat să alegeți anume această persoană? De ce v-a plăcut persoana dată? Care dintre calitățile persoanei v-au influențat? Cum v-a influențat?
- Din cele spuse de părinți, notați pe flipchart aspectele pozitive, factorii ce au influențat pozitiv.

2. Activitate Metode de modelare a comportamentului (40 min)

- Selectați 4 persoane ce vor primi anumite sarcini de influență în timpul activității. Ei vor fi prezentați ca experți în arhitectură și construcții. (Fișa resursă 1)
Sugestie! Dacă simțiți că „experții” nu se descurcă cu mesajul pentru echipa IV, interveniți pentru a oferi feedback constructiv și recompense verbale.
- Împărțiți grupul în 4 echipe. Unul din membrii echipei va fi observator, care va avea sarcina să observe comportamentul, reacțiile emoționale ale participanților.
- Fiecare echipă primește un set de materiale și are sarcina să proiecteze/deseneze o școală a viitorului.
- După 10 min solicitați echipelor să discute între ei cum s-au simțit în timpul activității, ce influențe au avut loc din partea experților și cum le-a ajutat să definitiveze proiectul.
- Echipele, observatorii prezintă reflecțiile sale. Notați pe flipchart elementele ce au încurajat, stimulat realizarea proiectului și pe cele ce au demotivat.
- Formulați concluzii, folosiți informația din fișa resursă 2.

Discuții:

- Ce sentimente ați avut în timpul activității?
- În ce fel experții v-au ajutat să realizați proiectul?
- Ce acțiuni ale experților v-au făcut să vă simțiți neplăcut, supărați, furioși?
- Ce acțiuni ale experților v-au încurajat să continuați și să finalizați proiectul?
- Ce acțiuni ale experților v-au descurajat să continuați proiectul?
- În ce măsură ceea ce s-a întâmplat aici se aseamănă cu relația părinți-copii?
- Ce așteaptă copiii de la părinți atunci când realizează ceva pozitiv?
- Dați exemple de cuvinte, expresii care încurajează, susține, apreciază faptele copiilor?
- Cum influențează acestea asupra copiilor?
- Ce credeți, comportamentele, în urma cărora copiii au fost încurajați, se vor mai repeta?

3. Activitatea Consecințe logice și naturale (35 min)

- a) Invitați părinții la o discuție referitor la *consecințe logice și consecințe naturale*, oferind exemple. Nu este cazul de explicat diferențele, important este ca părinții să însușească legătura dintre Eveniment – Acțiune – Comportament (Modelul ABC, fișa resursă 3)
„Să ne imaginăm cum copiii fac anumite greșeli, gafe. Dați-mi niște exemple de gafe de-ale copiilor. Să luăm un exemplu concret. Copilul nu ascultă interdicția părinților de a nu merge cu bicicleta pe timp de ploaie. Ce se poate întâmpla cu copilul?”
Părinții dau exemple.
Rugați părinții să ofere alte exemple de comportament nedorit al copilului și urmările (consecințele) acestuia.
- b) Rugați părinții să fie atenți la următoarele două situații și să aprecieze care din acestea este mai potrivit din punctul lor de vedere, și de ce.
De exemplu: O fetiță are o stare de agitație pentru că nu a putut să meargă în parc din cauza ploii și deranjează toți membrii familiei prin comportamentul ei. Reacția tatălui:
„Du-te în camera ta și stai acolo până la cină” (pedeapsă);
„Dacă nu poți să-ți stăpânești comportamentul, mergi în camera ta până te calmezi. Dacă te vei controla, poți rămâne în continuare cu noi în această cameră” (consecință logică).
- *Ce a făcut tata diferit în a doua situație?*
 - *Cum v-a reacționat fetița în continuare/*
- c) Formula concluzii despre rolul consecințelor în modelarea comportamentului copilului. (Fișa resursă 4)
- d) Repartizați părinții în echipe câte 4-5 persoane. Fiecare echipă selectează 3-4 comportamente nedorite ale copiilor.
- e) Rugați părinții să determine posibilele consecințe naturale sau logice ale fiecărui comportament și să elaboreze un mesaj cum va comunica copilului despre acestea.
- f) Fiecare echipă prezintă produsul activității.

Discuții:

- Ce sentimente, emoții v-au produs această activitate?
- A fost ușor sau dificil să determinați consecințele comportamentelor nedorite ale copiilor?
- Cum a fost să elaborați mesaje pentru copii?

- Ce lucruri noi ați aflat din cadrul acestei activități?
- Ce ați învățat pentru dumneavoastră?
- În ce măsură activitatea v-a influențat personal?
- Cum vedeți aplicarea acestei metode în disciplinarea copiilor dumneavoastră?

Temă pentru acasă

Pe parcursul săptămânii care urmează încercați să aplicați în practică tehnica recompenselor pozitive. Observați cum reacționează copiii?

Aplicați în practică mesaje cu referire la consecințele comportamentului. Încurajați copiii singuri să formuleze consecințe ale acțiunilor sale.

Persistați în aplicarea metodelor de modificare/ consolidare a comportamentelor chiar dacă nu observați progrese imediate.

FIȘA RESURSĂ 1

JOC DE ROL

Sarcina experților:

Pentru I echipă: vă apropiați și tăcut, fără a spune nimic, vă îndepărtați.

Pentru a II-a echipă: vă apropiați și manifestați o atitudine total negativă față de ceea ce face echipa. Criticați, verbal și nonverbal dați dovadă de neaprobare a ideii proiectului, a modului în care lucrează echipa.

Pentru a III-a echipă: vă apropiați și manifestați o atitudine pozitivă. Intervenți cu aprecieri generale, de genul „Bravo!”.

Pentru a IV-a echipă: vă apropiați, manifestați o atitudine pozitivă, încurajatoare. Formulați aprecieri specifice, concrete (de ex. ați găsit loc potrivit pentru sala de sport; foarte bine că aveți proiectat lângă școală un mic parc). Oferiți sugestii de îmbunătățire.

FIȘA RESURSĂ 2

Ce poate contribui la motivarea unui comportament pe care dorim să-l obținem?

Cercetările au demonstrat că măsurile educaționale cu caracter pozitiv (recompensele, laudele, aprecierile) au o influență mai puternică asupra rezultatelor și comportamentului copilului, decât măsurile cu caracter negativ (sancțiunile, mustrările).

Recompensa reprezintă o formă de premiere în cazul unor rezultate care depășesc nivelul de exigență impus. Problema recompenselor este una dificilă, care depinde de contextul politic, social, de exemplu unele societăți nu acceptă recompense financiare, și în cazul dat ar fi bine să ne gândim la recompense care nu sunt materiale.

Sugestii pentru a oferi recompense nemateriale care are un impact pozitiv asupra schimbărilor comportamentale:

1. Lauda - este un instrument foarte puternic din inventarul nostru, mai ales atunci când se dorește susținerea, încurajarea și motivarea schimbării (Trotter).

Știm și noi cum ne simți atunci când suntem lăudați și complementați de către șefii noștri sau de alții, cum aceasta ne motivează și ne încurajează, dorind în continuare să avem performanțe și mai bune. Acest efect îl are și asupra altora, motiv pentru care trebuie să se folosească atunci când este cazul. Trebuie să avem grijă totuși să transmitem aceste laude numai atunci când sunt meritate; laudele trebuie să fie reale, să se simtă că vin din suflet.

2. Timp - este important, iar timpul nostru oferit celorlalți poate fi considerat ca o recompensă.

Putem spune „O să petrec mai mult timp cu tine pentru că văd că răspunzi bine și ești entuziasmat”. În conversații, spunem: „Merge bine, faci progrese. Nu trebuie să ne întâlnim atât de des și nu o să-ți mai ocup așa de mult din timpul tău”. Felul în care folosești timpul tău - mai mult decât timpul în sine – este crucial pentru a fi eficient. Un scop clar definit și o judecată echilibrată conduc la o reușită sigură.

3. Înregistrarea și menționarea progreselor și a punctelor pozitive. Adesea înregistrăm numai aspectele negative, incidentele când au apărut probleme sau când cineva nu a avut un comportament adecvat. Trebuie să avem grijă să înregistrăm atât progresele făcute, cât și punctele tari.

4. Susținere – trebuie să fie întotdeauna legată de comportament: trebuie să încurajăm numai comportamente bune. Nu putem să lăudăm un comportament fără un anumit motiv. Lauda care adesea este neașteptată, are cel mai mare efect.

Descurajarea, dezaprobarea unui comportament, necesită o înțelegere foarte bună, deoarece anumite comportamente sunt inacceptabile. În cazul dat o reacție categorică și imediată în fața acestor comportamente ar fi foarte eficientă. O reacție întârziată nu va avea același efect.

Rețineți: Dacă sunteți capabili să transmiteți căldură, interes și preocupare față de cineva care se comportă bine și în același timp să vă schimbați total atitudinea atunci când se comportă rău, veți avea o reușită. Un răspuns pozitiv și imediat față de cineva care caută să se schimbe sau să își modifice comportamentul său care exprimă regrete și păreri de rău va avea cu siguranță efectul dorit.

De obicei, insistăm sau ne concentrăm numai asupra laturii negative a comportamentelor altora și mai puțin pe aspecte pozitive. Studiile referitoare la modelarea prosocială ne încurajează să reacționăm invers:

- să ne concentrăm asupra aspectelor pozitive;
- să transmitem patru comentarii pozitive pentru fiecare aspect negativ, cu alte cuvinte, să schimbăm dramatic echilibrul răspunsurilor noastre;
- să avem în vedere că comentariile de dezaprobare față de comportament și față de persoană respectivă. **Noi vrem să schimbăm comportamentul, nu persoana în sine;**
- să ne asigurăm de faptul că obiectivul și așteptările stabilite pentru schimbarea comportamentului sunt realiste și realizabile. Dacă stabilim niște obiective prea mari, probabil că vom avea un eșec.

FIȘA RESURSĂ 3

Prezentarea Modelului ABC:

„**A**” reprezintă **antecedentele** - lucrurile care duc la comportamentul dificil. De exemplu, unde sunt oamenii, ce se întâmplă, cine este acolo, cât e ora;

„**B**” reprezintă **comportamentul** - ce face de fapt copilul;

„**C**” reprezintă **consecințele** - reacția la comportamentul copilului, consecințele ce pot încuraja sau descuraja (dacă a fost sau nu intenția ta) repetarea comportamentului; Declanșatori imediați: persoana, locul, timpul zilei, situația, indicația socială, modelarea.

Declanșatori din trecut: amintirile din trecut pot fi declanșate. Acestea pot evoca gânduri și sentimente neplăcute, le vor pune în practică. Vorbirea în sine ca un lansator, copilul lansează părerea negativă despre el însuși, ce-i poate influența comportamentul.

FIȘA RESURSĂ 4

Metoda consecințelor logice și naturale

Comportamentul nostru are anumite consecințe. Unele apar în mod natural, neplanificat în viața noastră. Acestea decurg din comportamentul copilului, fără ca părintele să intervină în vreun fel și se numesc consecințe naturale. Consecințele logice decurg și ele din acțiuni, dar sunt alese de către părinți și prezentate ca alternative.

Consecințele naturale	Consecințele logice
<ul style="list-style-type: none"> responsabilitatea „cade” pe umerii copilului; nu sunt administrate de către părinte. 	<ul style="list-style-type: none"> rezultatul „aranjat” de părinte, dar relaționat în mod logic cu ceea ce copilul a făcut; apar deseori atunci când copilul se află într-o situație care i-ar putea pune viața/siguranța în pericol; sunt strict legate de situație.
Exemple	
<ul style="list-style-type: none"> „Dacă nu pui laptele în frigider, el se va altera”. „Dacă îți lași jucăriile în parc, ele pot să se defecteze sau să dispară”. „Dacă îl lovești pe George, el nu se va mai juca cu tine”. „Dacă nu-ți iei căciula, o să-ți fie frig”. „Dacă nu-mi pui hainele la spălat, nu vei mai avea haine curate”. „Dacă te așezi la masă pe locul altcuiva, cel căruia i-ai luat locul va fi nemulțumit”. „Dacă continui să superi pisica, ai putea să fii zgâriat”. „Dacă umfli prea tare balonul, acesta ar putea să se spargă”. 	<ul style="list-style-type: none"> „Mihai, nu te mai plimba cu bicicleta prin pietre, poți să cazi”, spune mama. Copilul nu ascultă și cade, iar consecința logică este că mama îi va lua bicicleta pentru a nu cădea și a se trauma. „Dacă nu-ți faci temele, vei lua o notă mică/ nu vei cunoaște/ nu vei lua testul”. „Dacă nu vrei să strângi jucăriile după ce ai terminat joaca, o să ți le iau”. „Ai la dispoziție o oră pentru a-ți face temele. Dacă nu le faci în acest timp, ți se va reduce din timpul destinat desenelor animate”.

Sugestii pentru formularea consecințelor:

- *Consecințele se aplică imediat și nu pe termen lung.* De exemplu, comportamentele de risc (fumatul, consumul de alcool) sunt întărite de consecințele imediate („îți miroase gura”) și mai puțin de consecințele pe termen lung („o să te îmbolnăvești dacă mai fumezi”).
- *Pentru ca aceste consecințe să aibă efectul scontat, este recomandabil să existe o relație logică între consecințe și comportamentul neadecvat, relație pe care copilul să o observe.* De exemplu: Părintele îi dă o palmă copilului pentru că a spart un păhar. Palma nu are nici o legătură cu comportamentul copilului, deci nu reprezintă consecință logică sau naturală, ci o pedeapsă. Consecința logică ar fi – „la mătura și strânge cioburile de jos”, consecința naturală ar fi – „Nu mai poți bea din păharul tău

preferat". Atât timp cât copilul nu este deranjat el însuși de rezultatul comportamentului său (de exemplu: nu vede nici o problemă în a nu-și strânge jucăriile), consecințele naturale nu vor funcționa.

- *Pentru situațiile în care nu apar consecințe naturale, în mod constant și predictibil, se recomandă folosirea consecințelor logice, ca metodă de modificare a comportamentelor.* Consecințele logice, spre deosebire de pedepse, nu sunt folosite pentru a penaliza, a amenința sau pentru a intimida copilul. Ele sunt prezentate copilului ca o alegere, ca o alternativă pentru care el poate opta, dacă dorește. Diferența față de o pedeapsă este următoarea: copilului i se prezintă o situație de alegere, precum și consecințele logice (acțiuni care au legătură cu comportamentul) fiecărui comportament: al celui dezirabil și al celui indzirabil. El trebuie mai apoi să aleagă, deci are libertatea de a opta, precum și oportunitatea de a învăța să fie responsabil.

MODULUL 3.8. Comunicare pozitivă părinți-copii

SCOP

Îmbunătățirea comunicării și relației părinți-copii prin dezvoltarea abilităților de comunicare și ascultare activă.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să distingă elementele care duc la blocaj în comunicare;
- să demonstreze abilități de ascultare activă în comunicarea cu copiii;
- să aplice adecvat limbajul verbal, nonverbal și paralingvistic.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- două diagrame pe foi A4
- foi A4
- filmulețul „Comunicarea cu copiii” din cadrul Curs de lecții video: Aspecte generale privind protecția copilului. <https://www.youtube.com/watch?v=Bo9eol36fpw>
- fișa resursă 1,3

SCENARIUL

1. Activitatea *Comunicarea unilaterală și bilaterală* (30 min)

- Pregătiți pe hârtie două diagrame. Nu le arătați grupului.
- Rugați 2 voluntari să participe la demonstrația ce va urma. Explicați participanților că voluntarul le va descrie ceva și sarcina lor constă în urmarea exactă a instrucțiunilor, făcând schița descrierii.
- Primul voluntar se întoarce cu spatele la participanți, contactul vizual este interzis, întrebările sunt interzise. Voluntarul comunică doar oral, fără gesturi. Când exercițiul este terminat, arătați desenul și rugați participanții să-l compare cu desenele lor.
- Discutați despre cum s-au simțit participanții, cum au reușit să deseneze diagrama, ce i-a împiedicat să realizeze desenul. Scrieți pe flipchart reflecțiile participanților.
- Al doilea voluntar vine în fața participanților și repetă jocul, doar că este cu fața spre grup, acceptă întrebările, folosește gesturi. Când exercițiul este terminat, arătați desenul și rugați participanții să-l compare cu desenele lor.
- Discutați despre cum s-au simțit participanții, cum au reușit să deseneze diagrama, ce i-a ajutat și ce împiedicat să realizeze desenul. Scrieți pe flipchart reflecțiile participanților.

Discuții:

- Ce se întâmplă atunci când comunicăm doar într-o singură direcție – comunicare unilaterală?
- Ce câștigăm și ce pierdem atunci când comunicăm cu copiii în acest fel?
- Care sunt barierele de comunicare care dezavantajează relația părinți-copii? Completați cu informația din fișa resursă 1.
- Ce se întâmplă atunci când comunicăm în două direcții – comunicare bilaterală?
- Ce câștigăm și ce pierdem atunci când comunicăm cu copiii în acest fel?

2. Joc de rol *Trei moduri de a (nu) comunica* (15 min.)

Rugați participanții să se grupeze în perechi. A și B să stea față în față. Persoanele A formează o linie și persoanele B - altă linie în fața acestora. Sugați-le să se gândească la o istorioară scurtă, o anecdotă, un vis sau altceva, despre care ar dori să povestească partenerului.

Instrucțiuni.

- a) A și B relatează istorioara concomitent (1 min.). Feedback: *Cum v-ați simțit? Care a fost reacția voastră?*
- b) A povestește istorioara, iar B nu ascultă, face altceva, privește într-o parte etc. (1 min.). Apoi participanții își schimbă rolurile. Feedback: *Cum se simte cel care vorbește? Dar cel care nu ascultă?*
- c) A povestește istorioara, B îl ascultă activ (1 min.). Apoi își schimbă rolurile (1 min.). Feedback: *Cum s-a simțit cel care a vorbit? Ce sentimente a încercat cel care a ascultat?*

Discuții:

- Ce învățăminte putem trage din acest exercițiu?
- Schimbarea de roluri se întâmplă și în viața cotidiană sau deținem același rol?
- Care din cele trei variante le întâlnim în comunicarea cu copiii?

3. Vizionarea filmulețului „Comunicarea cu copilul” (15 min)

Discutați cu părinții ce le-a atras atenția, ce mesaj au reținut, ce cred ei că a fost nou în ce privește comunicarea cu copiii.

4. Joc de rol *Comunicarea cu copiii* (30 min.)

- a) Formulați împreună cu părinții o listă de caracteristici ai comunicării pozitive cu copiii.
- b) Formați grupuri a câte 3 persoane și rugați-i să-și asume roluri de Părinte, Copil, Observator.
- c) Propuneți ca fiecare grup să aleagă o temă de discuție.
- d) Participanții trebuie să respecte ascultarea activă și tehnicile de comunicare pozitivă cu copilul. (Fișa resursă 3)
- e) Observatorul are sarcina de a înregistra momentele pozitive ale comunicării „Părinți-Copii”.

Discuții:

- Întrebări pentru *copil*: Cum v-ați simțit? Cum au fost adresate întrebările? Cât de dificil a fost să răspundeți? Cum ați vrea să deruleze o conversație cu părinții? etc.;
- Întrebări pentru *părinți*: Cum v-ați simțit? Ce dificultăți ați întâmpinat în discuție cu copilul? Ce ați modifica? etc.;
- Întrebări pentru *observator*: Ce ați înregistrat? Cum s-a desfășurat conversația? Ce sugestii aveți pentru specialist? etc.

Temă pentru acasă

În fiecare seară discutați cu copilul un anumit subiect la alegerea copilului. Puneți accent pe ascultare activă. Folosiți ascultarea reflexivă: „Observ că ești supărat...”. Încercați să evitați critica și morala.

Formulați mesaje la persoana I pentru a vă exprima emoții, păreri, opinii. Încurajați copilul să spună ce are de spus, să utilizeze „limbajul responsabilității”, prin formularea de mesaje de la persoana I.

FIȘA RESURSĂ 1

BARIERE ÎN COMUNICAREA ADULȚILOR CU COPIII

<i>Exemplu</i>	<i>Ce gândește copilul</i>	<i>Consecință</i>
AMENINȚAREA		
„Dacă nu vii acasă cu rezultate bune, ai încurcat-o!”,	„Părintele meu e periculos”, / „Cu el nu e de glumit!”, „Ar trebui să am grijă de acum încolo!”	principala preocupare a copilului va fi să nu greșească. Nu va avea curajul să facă ceva decât dacă va fi sigur că rezultatul este bun. Așa apare frica, minciuna, intoleranța etc.
CONTRAZICEREA ȘI MINIMALIZAREA PROBLEMEI		
„Sunt urâtă! Nu mă iubește nimeni”, spune fetița „Nu e adevărat! Nu spune asta!”, „Nu fi supărată!”, îi răspunde tatăl.	„Nu mai are rost să vorbesc cu tata despre problema mea, pentru că nu-i place ce zic eu”, „Crede că dacă îmi spune să nu fiu supărată, mă simt mai bine?”	contrazicând copilul în acest mod, părintele îi întărește convingerea deja formată. Copilul va simți că părintele său nu îl înțelege și nu e capabil să-i asculte problemele. Așa se poate naște lipsa de încredere în competența părintelui.
CRITICA		
„Nu ți-am zis să te uiți pe unde calci?”, „De câte ori trebuie să-ți spun că nu e voie acolo?”, „De ce ai făcut asta?”	„Iar îmi ține morală!” „Mai aștept un pic și se calmează.”	va scădea receptivitatea copilului la părerile emise de adult. Așa se poate naște indiferența.
ETICHETAREA		
„Ești o urâtă!”, „Ești o proastă!”, „Ești un bleg!”	„Adulții știu mai multe decât copiii”.	dacă afirmațiile se repetă frecvent, atunci copiii vor fi urmăriți toată viața de această idee. În subconștientul lor, ei vor fi convinși că sunt urâți, proști sau blegi. De aceea, vor încerca, de câte ori se va ivi ocazia, să demonstreze că nu este așa. Apar complexe de inferioritate.
INDIFERENȚA		
„Mama Ana, am învățat să-l scriu pe M!”, spune copilul. - „Bine. Du-te din fața televizorului”, îi răspunde îngrijitorul.	televizorul e mai important decât mine!”, „Cum să fac să îi atrag atenția asupra mea?”	copilul va căuta să atragă atenția asupra sa cu orice preț, chiar și prin fapte negative (furt, chiul, înjurături, stricatul unor lucruri).
IRONIA		
forma verbală: „Ai auzit că s-a inventat cârpa de șters praf?” „Mulțumesc pentru «ajutor»!” forma nonverbală: privire „de sus”, zâmbet zeflemitor.	Mă consideră un nepriceput.”, „Își bate joc de mine!”	va scădea încrederea copilului în forțele proprii și încrederea față de părinte. El va căuta să fie apreciat în altă parte la „adevărata lui valoare”; așa poate să apară distanțarea.

ÎNVINUIREA		
Tu ești de vină!”, „Ar trebui să-ți fie rușine!”	„E numai vina mea.”, „Nu sunt bun de nimic.”	scade nivelul stimei de sine; așa pot apărea complexe de inferioritate.
NEATENȚIA LA CE NI SE SPUNE		
„...și la școală toți colegii...”, povestește copilul. „Îți mai trebuie nucile?”, spune mama.	„Nu o interesează nimic din ce îi spun. Data viitoare nu mă mai obosesc să-i explic.”	copilul va comunica ceea ce crede că o interesează pe mamă și va începe să omită ceea ce se va dovedi mai târziu a fi fost esențial; așa poate să apară neglijența.
REPROȘUL		
„Dacă nu eram eu, tu aveai să umbli încă mult pe drumuri!”, „Dacă nu trebuia să ajung să am grijă de copii ca tine, puteam face și alte lucruri în viață!”	„Ce vrea de la mine?”, „Acum ar trebui să mă simt vinovat pentru că exist?”	așa poate să apară sentimentul de vinovăție.
UMILIREA		
„Spune-le tuturor ce ai făcut!” sau „De aia strig la tine, să audă toți vecinii ce copil am luat și cresc la casă!”	„Nu mă respectă deloc.”, „Nu meritam să mă facă de rușine la toată lumea.”	părintele nu mai este un om de încredere, deoarece te poate face de râs când nu te aștepți. Prin urmare, copilul va învăța să ascundă adevărul; așa poate să apară neîncrederea.

FIȘA RESURSĂ 2

ASCULTAREA ACTIVĂ

Ascultarea neefectivă este cauza:

- ✓ Neînțelegerilor;
- ✓ Greșelilor;
- ✓ Activităților care trebuie refăcute;
- ✓ Pierderii calității relațiilor pe orizontală și verticală.

De ce nu ascultăm în mod efectiv?

- × *Ascultarea înseamnă efort* (concentrarea pe o altă persoană și nu pe propria persoană);
- × *Concurența* (datorită bombardării cu informație din foarte multe surse, adesea sunt trecute cu vederea informații relevante!);
- × *Graba spre acțiune* (credem că știm ce are de spus interlocutorul și ne grăbim să-i luăm vorba din gură);
- × *Diferența de viteză între vorbe și gândire* (o persoană medie vorbește cam 135-175 cuvinte pe minut; o persoană medie poate asculta cam 400-500 cuvinte pe minut).
- × *Lipsa de antrenament:*

- Deși peste 75% din timp este petrecut ascultării, eficiența ascultării este sub 25% => mesajele ascultate sunt distorsionate;
- Un ascultător normal, neantrenat, înțelege și reține cam 50% dintr-o conversație, iar acest procent scade la 25% după 48 de ore => cauza principalelor neînțelegeri între participanții la adresa a ceea ce s-a discutat!

Nivelele de ascultare:

<p>Neascultarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ascultătorul nu aude ce spune vorbitorul; • Recunoaștere gesturi și maniere nervoase; • Dorința de a întrerupe și a nu lăsa vorbitorul să-și termine ideile; • Dpdv social este puțin tolerat și perceput ca insensibil și neînțelegător 	<p>Ascultarea marginală;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aude sunetele și cuvintele dar nu mesajul și intenția. • Ascultător superficial, stă la suprafața argumentelor sau problemelor fără a risca discuția de profunzime; • Este preocupat de pregătirea a ceea ce dorește să spună încât nu mai ascultă; • Are tendința de a căuta și asculta numai date nu și idei; • Sursa de moral scăzut, neînțelegeri, erori, probleme.
<p>Ascultarea cu evaluare;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Încearcă activ să audă ce spune vorbitorul dar nu face efortul de a înțelege intenția acestuia. • Ascultător logic preocupat de conținut și nu de sentimente; • Tinde să rămână detașat de conversație; • Evaluează mesajul strict pe baza cuvintelor, ignorând mesajele neverbale; • Îi lipsește simpatia, empatia și adevărata înțelegere . 	<p>Ascultarea activă.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ascultătorul este prezent „aici și acum” și afectuos. • Necesită concentrare, atenție și efort mental și emoțional; • Are încredere și respectă interlocutorul pentru ceea ce este. • Se abține de la a judeca mesajul, concentrându-se asupra înțelegerii punctului de vedere. • Se concentrează atât pe cuvintele spuse dar și pe sentimentele și gesturile interlocutorului. • Își suprimă propriile gânduri și sentimente pentru a "intra în pantofii vorbitorului". • Adresează întrebări deschise, care încurajează interlocutorul. • Transmite feedback verbal și neverbal indicând că ceea ce i-a fost comunicat a fost recepționat.

FIȘA RESURSĂ 3

SUGESTII PENTRU O COMUNICARE POZITIVĂ PĂRINTE-COPIL

- Fiți disponibili pentru copiii dumneavoastră!
- Observați momentele în care copilul ar vrea să vă vorbească (de exemplu, înainte de culcare, la cină sau în transportul public) și fiți disponibili pentru el în acele momente.
- Aflați mai multe despre interesele copilului pe care îi aveți în îngrijire, de exemplu, care este muzica lui/ei preferată sau ce activități preferă și arătați-vă interesați de ele.
- Respectați intimitatea copilului dumneavoastră și evitați conversațiile cu „spectatori”.
- Persoanele străine pot fi implicate în discuții numai dacă tema conversației o cere.
- Învinuirea copilului în fața persoanelor străine duce spre resentimente și ostilitate din partea acestuia.
- Dacă sunteți supărat sau furios, este bine să amânați discuția pentru mai târziu când veți fi mai liniștit și când veți putea face o analiză obiectivă a situației.
- Ascultați cu atenție și fiți politicoși. Evitați să întrerupeți copilul atunci când încearcă să vă comunice ceva.
- Înlocuiți „De ce?” cu „Ce s-a întâmplat?”
- În urma discuțiilor, copilul trebuie să rămână întotdeauna cu sentimentul că este acceptat, chiar dacă ceea ce v-a împărtășit nu este pe placul dumneavoastră.
- Lăudați efortul copilului de a comunica și, astfel, veți întări canalul comunicării.
- Exprimați-vă opinia, fără a o demonta pe a lui; recunoaște-ți că este normal să aveți păreri diferite.
- Rezistați tentației de a vedea cine are dreptate. Îi puteți spune în schimb copilului: „Știu că nu ești de acord cu mine, dar asta este ceea ce cred eu.”
- În timpul conversației, concentrați-vă pe sentimentele copilului, nu pe emoțiile dumneavoastră.
- Întrebați-vă copilul ce își dorește de la o conversație cu dumneavoastră: are nevoie de un sfat, să fie ascultat, are nevoie de ajutor pentru a face față diferitelor emoții sau de a rezolva o problemă.
- Realizați că, copilul vă poate testa prin a vă spune o mică parte din ceea ce îi supără. Ascultați cu atenție ceea ce spune, încurajați-l să vorbească, și el vă va împărtăși poate și restul poveștii.

MODULUL 3.9. Strategii de soluționare a conflictelor

SCOP

Dezvoltarea competențelor parentale în ce privește prevenirea și soluționarea constructivă a conflictelor.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să identifice propria implicare și a altor persoane în generarea și menținerea unui conflict;
- să aplice metoda optimă de soluționare a conflictului;
- să analizeze o situație de conflict, astfel încât să ajungă la colaborare sau negociere.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Fâșii instrucțiuni (Fișa resursă 1)
- Fișa *Fereastra conflictului*

SCENARIUL

1. Activitatea *Scaune* (15 min)

- Pregătiți din timp instrucțiuni pe fâșii mici de hârtie. Numărul fâșiilor să corespundă cu numărul participanților. (Fișa resursă 1)
- Fiecare participant extrage o fâșie și va acționa conform instrucțiunii, fără a comunica cu ceilalți.
- După 7-8 minute discutați cu întregul grup despre joc.
 - Cum v-ați simțit în acest joc?
 - Ce s-a întâmplat în acest joc?
 - Cum ați realizat instrucțiunea?
 - Au fost momente în care v-ați certat? Putem numi acestea situații de conflict?
 - Cum ați rezolvat cearta/ conflictul?
 - La ce strategii ați apelat?

În timpul discuției încercați să evidențiați strategii de soluționare a conflictelor.

2. Activitatea *Fereastra conflictului* (30 min)

- Distribuiți fiecărui părinte câte o fișă de lucru „Fereastra conflictului”. (Fișa resursă 2)
- Solicitați părinților să se gândească la cel mai recent conflict din viața personală, familie, rezolvat sau pe cale de a fi soluționat.
- Părinții completează cele patru spații din fișă, care sunt:
 - Prin ce am cauzat eu conflictul?
 - Prin ce a cauzat cealaltă persoană conflictul?
 - Cu ce am contribuit eu la soluționarea conflictului?
 - Cu ce a contribuit cealaltă persoană la soluționarea conflictului?
- După ce părinții au completat fișele, facilitatorul inițiază dezbateri.

Discuții:

- V-a fost ușor sau dificil să vă reamintiți cel mai recent conflict?
- Cum a fost să identificați cauzele care au generat conflictul, din propria perspectivă?
- Cum a fost să identificați contribuția celuilalt la soluționarea conflictului?
- Cum se întâmplă mai frecvent: să generați un conflict; să contribuiți la soluționarea lui; să așteptați ca celălalt să găsească soluții?
- Ce strategii de rezolvare a conflictelor cunoașteți? (completați răspunsurile părinților cu informația din fișaresursă 3)

3. Activitatea Poziții versus interese (20 min)

a) Povestiți părinților istorioara:

„Două surori se certau din cauza unicei portocale care se afla în frigider. Fiecare din ele spunea că are nevoie de întreaga portocală. Tatăl lor, supărat de cearta care avea loc, a intrat în bucătărie și, după o scurtă discuție, surorile au rămas satisfăcute deoarece fiecare din ele a obținut ceea ce și-a dorit.”

b) Întrebați părinții:

- *Ce credeți că a făcut tatăl de a reuși să împartă portocala în așa fel, încât fiecare să primească ceea ce și-a dorit?*

c) După ce discutați cu elevii răspunsurile lor, spuneți-le restul istoriei:

„Tata nu s-a limitat la ceea ce vroiau fetele, dar le-a întrebat pentru ce anume vor ele o portocală întreagă. Prima a spus că ea vrea să facă un cocktail pentru care are nevoie de sucul unei portocale. Cea de-a doua a spus că ea ar vrea să facă un chec și, pentru aceasta, are nevoie de coaja unei portocale. Auzind aceasta, tatăl a cojit portocala și a dat uneia miezul, iar celeilalte – coaja.”

d) Explicați părinților că deseori în conflicte părțile se limitează doar la enunțarea *pozițiilor* lor, adică la ceea ce vor. De obicei este greu de rezolvat asemenea conflicte, deoarece nici una din părți, din mai multe motive (mândrie, necesitate), nu este dispusă să renunțe la poziția sa. În afară de aceasta, ca și în cazul de mai sus, nu întotdeauna este posibil de satisfăcut în același timp pozițiile ambelor părți.

Multe din conflicte ar putea fi soluționate ușor, fără ca vreo parte să sufere sau să cedeze, dacă, în locul enunțării pozițiilor, s-ar merge la explorarea motivelor pentru care o parte vrea un lucru sau altul, cu alte cuvinte dacă s-ar stabili care este *interesul* fiecăruia.

4. Activitatea Analiza conflictului (25 min)

Solicitați părinților să revină la conflictul la care s-au gândit mai sus și să analizeze situația prin a răspunde la următoarele întrebări:

- Care au fost părțile direct interesate de soluționarea conflictului?
- Cum s-au simțit persoanele implicate?
- Ce dorea fiecare parte să obțină?
- Ce trebuia schimbat pentru a soluționa conflictul?
- S-a schimbat acest lucru? Dacă da, ce anume și cum? Dacă nu, de ce?
- Cum a fost rezolvat conflictul?
- Era vreo altă cale de a-l soluționa?
- Exista vreo soluție ce ar fi satisfăcut toate părțile afectate?

Tema pentru acasă

Până la următoarea întâlnire, faceți o agendă personală în care să includă toate conflictele pe care le-ați observat în această perioadă. În dreptul fiecărui conflict scrieți cine era implicat în conflict, în ce a constat acesta și de ce a apărut. Determinați care ar fi strategia optimă de soluționare a conflictelor.

FIȘA RESURSĂ 1

Instrucțiuni

Instrucțiunea A: Aranjați toate scaunele în cerc

Instrucțiunea B: Aranjați toate scaunele lângă ușă.

Instrucțiunea A: Aranjați toate scaunele lângă fereastră

FIȘA RESURSĂ 2

„Fereastra conflictului”

<i>Cu ce am cauzat eu conflictul?</i>	<i>Cu ce am contribuit eu la soluționarea conflictului?</i>
<i>Cu ce a cauzat cealaltă persoană conflictul?</i>	<i>Cu ce a contribuit celălalt la soluționarea conflictului?</i>

FIȘA RESURSĂ 3

STRATEGII DE SOLUȚIONARE A CONFLICTULUI

COMPETIȚIE - *Taurul*

Dacă aveți acest stil, vă veți concentra ideile și acțiunile numai pentru atingerea intereselor proprii și veți neglija în totalitate interesele celorlalți. Sunteți gata să câștigați cu orice preț, chiar dacă acest preț înseamnă distrugerea relațiilor cu cealaltă parte. Căci relațiile nu au nici o importanță pentru dumneavoastră, ci numai atingerea scopurilor proprii.

PRO:

- în situații de urgență, când sînt necesare acțiuni rapide și decisive;
- când aveți responsabilitatea principală sau expertiza pentru rezolvarea unor probleme;
- când trebuie să fie implementate decizii nepopulare.

APLANARE/ ACOMODARE - *Pisica*

Acest stil este opus stilului competitiv: vă veți concentra ideile și acțiunile numai pentru a ajuta cealaltă parte să-și atingă scopurile și vă veți neglija total propriile interese. Păstrarea unor relații bune cu cealaltă parte este pentru dumneavoastră mult mai importantă decât a câștiga. În acest scop veți căuta să ajungeți cu orice preț la un acord și veți face nenumărate concesii.

PRO:

- când păstrarea relațiilor este mult mai importantă decât atingerea scopului;
- când problema în discuție este mult mai importantă pentru cealaltă parte decât pentru dvs.;
- când neglijarea propriilor interese se bazează pe sistemul dvs. de valori;
- când folosiți stilul ca pe o strategie: veți pierde o bătălie, în speranța câștigării războiului;
- când doriți ca ceilalți să învețe, chiar și din greșeli, și îi încurajați să se exprime.

EVITARE - *Peștișorul*

Se caracterizează prin negarea conflictului, prin schimbarea și evitarea diverselor subiecte de discuție, prin pasivitate, și prin utilizarea glumelor în locul abordării conflictului. Dacă aveți acest stil, veți evita conflictul sau veți prefera să credeți că nu există nici un conflict, chiar dacă nu vă veți atinge scopurile sau veți strica relația pe care o aveți cu partea cealaltă.

PRO:

- poate furniza timp pentru gândirea unor răspunsuri alternative la conflict;
- este utilă atunci când problema care a declanșat conflictul este banală pentru individ;
- când însăși relația este lipsită de importanță, sau în momentul în care alții pot să gestioneze conflictul fără implicarea individului;
- poate să protejeze individul dacă acesta se află într-o relație, în care orice alt răspuns în afara evitării ar genera un răspuns negativ din partea celorlalți;
- dacă scopul unei persoane este de a nu se lăsa influențat de ceilalți, evitarea ajută la îndeplinirea acestui țel.

COMPROMIS - *Stilul vulpii*

Dacă aveți acest stil, veți obține ceva din ceea ce ați dorit să câștigați și veți renunța la altceva, fie prin împărțire, fie prin folosirea în comun a resursei aflate în conflict. Desigur, veți stabili limite privind măsura în care sunteți dispus să renunțați la ceea ce ați fi dorit să obțineți.

PRO:

- uneori, permite părților conflictuale să îndeplinească scopuri importante, consumând mai puțin timp decât dacă acestea colaborau;
- întărește balanța puterii, care poate fi folosită pentru a îndeplini anumite acorduri temporare sau utile într-o perioadă de timp limitată;
- poate fi folosit ca o metodă de luare a deciziilor atunci când alte stiluri eșuează;
- are mai multă forță externă;
- este cel mai util atunci când celălalte stiluri au eșuat sau nu erau potrivite pentru abordarea unui conflict.

COOPERARE - *Bufnița înțeleaptă*





Dacă folosiți acest stil, veți acorda, în același timp, o importanță la fel de mare atingerii scopurilor proprii ca și păstrării relației. Stilul de cooperare implică o comunicare deschisă și

totală: sunteți atent la celălalt, așteptați să vă răspundă și faceți sugestii utile. Este stilul cel mai dificil și care ia cel mai mult timp, dar are rezultatele cele mai bune, în cazul fericit în care ambele părți folosesc acest stil.

PRO:

- când este important să atingeți obiective importante fără a face compromisuri, menținând, în același timp, relația;
- când este important să ajungeți la sursa unor probleme nerezolvate care durează de foarte mult timp;
- când aveți de rezolvat o problemă complexă, în care sînt implicate multe interese și multe părți.

Pașii ce trebuie urmați atunci când se creează o situație conflictuală:

-  1. OPREȘTE-TE...
înainte de a-ți pierde controlul și de a agrava starea conflictului.
-  2. VORBEȘTE...
ceea ce simți, care e problema. Care a fost cauza neînțelegerii? Ce dorești tu?
-  3. ASCULTĂ...
ce simte și gândește o altă persoană.
-  4. GÂNDEȘTE-TE...
la soluțiile ce vă vor satisface pe ambii. Dacă încă nu ești de acord, roagă pe altcineva să te ajute să găsești modalitatea de soluționare a conflictului.

MODULUL 3.10. Strategii de gestionare a emoțiilor

SCOP

Dezvoltarea abilităților de exprimare a emoțiilor și de înțelegere a emoțiilor copiilor și a altor persoane.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să recunoască și să numească propriile emoții și ale copiilor;
- să înțeleagă rolul emoțiilor;
- să exprime adecvat emoțiile.

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Fișe resurse 1-6
- Fâșii decupate din fișa resursă 1.4
- Imagini de copii ce exprimă emoții diferite

SCENARIUL

1. Activitate *Salutul* (10 min)

- Decupați mai multe fâșii, în funcție de numărul de părinți (Fișa resursă 1).
- Lipiți pe spate fiecărui participant câte o foaie.
- Rugați părinții să circule prin sală și să se salute reciproc, în diferite modalități, ținând cont de ceea ce este scris pe spate.

Discuții:

- Cum v-ați simțit? Insistați ca părinții să răspundă și să fie autentici. În cazul în care părinții nu cunosc cuvinte ce reprezintă emoții, afișați în sală o listă cu cuvinte, astfel încât să poată fi citite de la distanță. (Fișa resursă 2)
- Ce anume v-a făcut să vă simțiți așa?
- Și atunci când simțiți aceste emoții ce vă vine să faceți? Cum vreți să acționați?

După discuții pentru a nu lăsa participanții în stare dezechilibrată, îi rugăm să scoată de pe ei etichetele, să le arunce, și să se salute unul cu celălalt într-o modalitate prietenoasă.

2. Activitate *Copiii și emoțiile* (15 min)

Prezentați mai multe imagini de copii care exprimă facial și gestual diferite emoții.

La fiecare imagine întrebați părinții:

- Ce emoții are acest copil?
- Ce i s-a întâmplat că se simte așa? Ce l-a făcut să se simtă așa?
- Ce-l poate face pe un copil să se simtă.....?

Discuții:

- Cât de important este ca noi părinții să cunoaștem ce simt, ce emoții au copiii?
- De ce este important?
- La ce ne ajută să cunoaștem, să înțelegem starea emoțională a copiilor?

- Ce înseamnă „a fi empatic” față de cineva? (Veniți cu completări din Fișa resursă 3)
- În ce situații se recomandă să fii empatic? În ce situații nu este cazul de făcut abuz de empatie?

3. Activitatea *Gestionarea emoțiilor* (30 min)

- Repertizați părinților Fișa de lucru 4. Rugați-i să completeze în scris sau oral fișa timp de 3 min.
- Formați grupuri câte 4-5 persoane. Fiecărui grup repartizați câte o coală de flipchart și markere de 3 culori.
- Solicitați părinților să facă o listă a metodelor/ strategiilor utilizate pentru a depăși emoțiile, bazându-se pe fișa completată.
- În următoarea etapă rugați părinții să bifeze cu o culoare acele strategii care cred ei că sunt bune și foarte bune pentru a depăși emoțiile.
- Apoi rugați-i să bifeze cu o altă culoare acele strategii care le recomandă și altora și nu afectează starea de sănătate.

Discutați în baza celor prezentate de părinți.

Comentați și completați cu informația din Fișa resursă 5.

4. Activitate individuală *Ce facem cu furia?* (30 min)

- Inițiați o discuție cu părinții despre furie:
 - Ce înseamnă pentru voi „să fii furios”?
 - De unde vine furia?
 - În ce situații ne înfuriem?
 - Cum arătăm la exterior atunci când suntem furioși?
 - Ce se întâmplă atunci când suntem furioși?
 - Furia este o stare care este de o zi două sau emoții acumulate de mult timp?
 - Furia poate fi stăpânită sau nu?
- Rugați părinții să descrie o situație recentă în care au devenit furioși.
- Spuneți-le că urmează să exerseze câțiva pași pentru a depăși furia. Asigurați-i că fiecare va lucra individual și doar cine va dori va povesti despre experiența sa.
 - Oprește-te, ia o pauză, retrage-te din situație. Respiră adânc. Bea un pahar cu apă. Relaxează-ți respirația/ mușchii. Numără până la 10.
 - Dă un nume emoției pe care o simți, folosind expresia Mă simt...../ Eu sunt/.....
 - Acceptă că este emoția pe care o simți și este emoția ta. Privește furia ca pe un semnal care îți atrage atenția Țo își trimite un mesaj.
 - Încearcă să vezi ce anume a declanșat furia. Descrie obiectiv ce s-a întâmplat, și vezi la ce anume ai reacționat.
 - Ai curajul să spui clar și neutru care a fost situația, vorbind de la persoana I-a. Ex. „Am auzit că ai spus că sunt o puturoasă”, „este un rând foarte mare la casa pentru achitare facturi.” (vezi mesajul asertiv din fișa resursă 6)
 - Identifică care este nevoia ta, care fiind nesatisfăcută s-a declanșat furia.
 - Gândește-te ce poți să faci pentru a-ți satisface nevoia, fără ca să deranjezi pe cei din jur.
 - Privește în viitor, dacă realizezi aceste acțiuni ce ai de câștigat? Cei din jurul tău ce beneficii au de la acțiunile tale?
- Rugați părinții să exprime furia prin mesajul asertiv.

Discuții:

- Cum vă simțiți acum după ce ați realizat exercițiul?
- Cum vă pare acum situația la care v-ați gândit la începutul exercițiului?
- A fost ușor sau greu să parcurgeți acești pași?
- Ce a fost ușor? Ce a fost dificil?
- Cum veți aplica acești pași în viața reală?
- Cum altfel putem exprima emoția fără a produce daune celor din jur?
- Cum vor reacționa copiii atunci când vor vedea la adulți o altă modalitate de exprimare a furiei și a oricărei alte emoții negative?

Temă pentru acasă

În următoarea săptămână atrageți atenția la starea emoțională a copilului. Recunoașteți emoțiile copilului și altor adulți, încercați să înțelegeți ceea ce simt și ce anume îi face să simtă așa. Exersați pașii de depășire a emoțiilor negative.

FIȘA RESURSĂ 1

Eu nu văd, am pierdut vederea de mic copil.
Imi doresc să am mulți prieteni.
Sunt supărat pe toată lumea.
Nu vă apropiați, sunt foarte furios.
Vreau să colaborez cu cineva pentru a realiza un proiect.
Sunt fericit/ă și vreau să zbor.
Sunt trist/ă că mama a plecat peste hotare.
Nu cred că există cineva pe măsură ă prietenească cu mine.
Sunt diferit de ceilalți și nimeni nu vrea să vorbească cu mine.
Nu mă interesează oamenii și ce emoții au ei.
Sunt deschis/ă și accept pe oricine.
Obişnuiesc să spun minciuni.
Sunt un ratat în viață, și nu cred în nimeni.
Sunt gata să îmbrățișez pe toți.
Am puține haine și acelea nu prea curate.

FIȘA RESURSĂ 2

ABC-ul emoțiilor

Emoții trăite atunci când nevoile sunt satisfăcute		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bucuros ▪ Confortabil ▪ Disponibil ▪ Energic ▪ Entuziasmat ▪ Impresionat ▪ Inspirat 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Intrigat ▪ Împlinit ▪ Încrezător ▪ Mândru ▪ Mișcat ▪ Optimist ▪ Plon de speranță 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Recunăscător ▪ Stimulat ▪ Surprins ▪ Sigur ▪ Uimit ▪ Ușurat ▪ Vesel
Emoții trăite atunci când nevoile nu sunt satisfăcute		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Agasat ▪ Confuz ▪ Copleșit ▪ Derutat ▪ Descurajat ▪ Dezamăgit ▪ Frustrat ▪ Plictisit 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Furios ▪ Iritat ▪ Îngrijorat ▪ Jenat ▪ Neajutorat ▪ Nerăbdător ▪ Nervos ▪ Năcăjit 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Pesimist ▪ Rezervat ▪ Singur ▪ Stânjenit ▪ Speriat ▪ Trist ▪ Tulburat ▪ Vinovat

FIȘA RESURSA 3

Lumea emoțiilor

Emoțiile și sentimentele sunt acei „musafiri” care ne vizitează în trecere. Uneori musafirii par a fi tirani, uneori par a fi prieteni. Fiecare ne dorim să avem doar musafiri buni, pozitivi. Așa cum oamenii au învățat să citească și să socotească, tot așa putem învăța să ne recunoaștem emoțiile, să le simțim în întregime, să ne gândim la ce ne transmit, să descoperim situațiile și evenimentele care le-au provocat. Și pe măsură ce vom învăța să cunoaștem mai multe lucruri despre „musafirii” noștri și vom înțelege ce informații vor să ne transmită, aceștea treptat se vor transforma din tirani în prieteni. De aici încolo se deschide un spațiu care ne permite să simțim o gamă largă de emoții care dau vieții un sens.

- ✓ Emoțiile noastre sunt foarte inteligente.
- ✓ Emoțiile sunt facilitatori dinamici ai vieții.
- ✓ Emoțiile produc zăpăceală și durere, relații zgomotoase și liniștite.
- ✓ Emoțiile sunt un sistem meteorologic intern.
- ✓ Emoțiile ne motivează spre o schimbare.
- ✓ Emoțiile ne dau ocazia să ne revizuim trecutul.
- ✓ Emoțiile ne oferă șansa să ne direcționăm viitorul.

Emoțiile sunt profesori buni. Ele ne învață prin experiența trăirii diverselor stări – pozitive, negative, neutre.

- ✓ *Suferința*, de exemplu, ne obligă să ne oprim și ne deschide posibilitatea de a vedea altfel lucrurile. Când suferim, intensitatea durerii ne determină să dorim să facem ceva pentru a-i pune capăt.
- ✓ *Disperarea* ne deschide calea spre acțiuni pe care înainte eram neîncrezători să le întreprindem.
- ✓ *Bucuria* este catalizatorul multor reușite. Iar căutarea fericirii devine un scop în sine.

De multe ori o emoție maschează o alta:

- ✓ *Frica* vorbește despre nevoia de a fi alinat de cineva.
- ✓ *Furia* poate fi masca unei frici, a unei neîncrederi, a singurătății. Vorbește despre nevoia de a fi respectat.
- ✓ *Tristețea* vorbește despre nevoia de a fi consolată.
- ✓ *Agresivitatea* poate ascunde nevoia de căldură, afecțiune.
- ✓ *Invidia* – dorința de autoperfecționare, de stimă de sine.
- ✓ *Bucuria* și *optimismul* pot, în unele cazuri, să se transforme în “entusiasm războinic”, care poate duce și la urmări negative.

În acest mod, în dependență de situația concretă, una și aceeași emoție poate sluji la adaptare și la dezadaptare, poate duce la distrucții sau înlesni comportamentul constructiv. Astfel spus, toate emoțiile au o parte negativă și una pozitivă. În momentul în care recunoaștem ambele părți ale emoției trăim un echilibru emoțional.

Cum își dau seamă că ești empatic?

Atunci când:

- reușești să rezonzi cu persoana din fața ta;
- vibrezi pe aceeași frecvență cu persoana din fața ta, chiar dacă opiniile sunt diferite;
- reușești să ascuți și alte păreri;
- nu consideri că parerile tale sunt singurele cele mai bune;
- îți susții opiniile cu argumente și respecti și alte puncte de vedere.

A fi *empatic* înseamnă a te transpune în locul celuilalt, a te pune în „papucii” lui și a judeca lucrurile așa cum le vede, gândește și le interpretează el. Abordarea pozitivă și constructivă a oricărui dialog, lasă loc pentru comunicare și recunoașterea faptului că nu tu ești cel care deține adevărul absolut.

FIȘA RESURSĂ 4

Ce faci atunci când te simți....	
...trist/ă	
...speriat/ă	
...dezamăgit/ă	
...îngrijorat/ă	
...furios/oasă	
...nervos/oasă	
...supărat/ă	

FIȘA RESURSĂ 5

Strategii pozitive, sănătoase de depășire a emoțiilor	Strategii negative, nesănătoase de depășire a emoțiilor
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exerciții fizice ▪ Plimbare în aer liber ▪ Discuții cu cineva de încredere ▪ Umorul ▪ Meditația ▪ Planificarea timpului în mod eficient ▪ Reevaluarea situației într-o altă lumină ▪ Relaxarea ▪ Somnul ▪ Verbalizarea/ exteriorizarea 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Consumul de alcool ▪ Fumatul excesiv ▪ Consumul de droguri ▪ Consumul de pastile ▪ Supraalimentația sau subnutriția ▪ Supraîncărcarea cu alte activități pentru a uita ▪ Ruminarea asupra problemei ▪ Interiorizarea sentimentelor de furie și ostilitate ▪ Închiderea în sine, izolarea și evitarea contactelor sociale ▪ Gânduri prea multe la trecut.

Gestionarea eficientă a emoțiilor

Cunoașterea emoțiilor personale

Presupune identificarea și exprimarea coerentă a emoțiilor. În orice relație exprimăm informații, sentimente, fapte, amintiri. Uneori însă, ne este greu să exprimăm clar ceea ce vrem să spunem sau simțim, iar alteori ne este greu să înțelegem ceea ce ni se spune. Aceste situații sunt generatoare de conflict. Pentru a le evita este important să putem codifica și decodifica mesajele transmise, la nivelul verbal sau non-verbal, astfel încât să transmitem și să înțelegem corect sensul mesajelor.

Gestionarea emoțiilor

Gestionarea emoțiilor se referă la capacitatea noastră de a alege modalitatea prin care ne vom exprima într-o anumită situație. Pentru a gestiona emoțiile este important să ținem cont de:

- Ce exprimăm?
- Cum exprimăm?
- Cînd exprimăm?
- Unde exprimăm?
- Cui exprimăm?

Mesajul asertiv de exprimare a emoțiilor pozitive și negative

- **Mă simt** (descrierea modului cum va simțiți);
- **Atunci când** (descrierea comportamentului celuilalt);
- **Pentru ca ...** (descrieți modul în care va afectează comportamentul celuilalt);
- **Mi-ar plăcea sa ...** (oferiți alternative de comportment);
- **Îți mulțumesc! Mi-a fost de mare ajutor!** (recompensarea comportamentului celuilalt)

FIȘA RESURSĂ 6

Furia – emoție explozie

Furia este copilul frustrării. Nu ne-am născut furioși. Învățăm acest lucru. Furia nu ascultă de diferențe de clase. La toate nivelurile sociale, furia scăpată de sub control a provocat izbucniri violente, asalturi și insulte, crime și sinucideri.

Poate că de furie ne temem mai mult decît de orice altă emoție. Știm cît de distructivă poate fi aceasta în viața noastră și ne temem de furia altora îndreptată asupra noastră. Furia poate ucide, ca în cazul furiei ucigașe, dar furia reprimată poate ucide prin alcoolism și alte dependențe, depresie, singurătate și resentimente cronice. Într-un fel furia este ca duhul din sticla din *Poveștile celor 1001 de nopți*. Cînd iese din sticlă, crește, ia proporții gigantice și reduce foarte mult scara umană.

- Există furie ca reacție imediată la o situație frustrantă.
- Există furie care este determinată de o atitudine ostilă față de ceilalți, furie cronică.

Oricum, în ambele cazuri furia este o energie, descărcarea cărei duce la schimbări bune sau rele.

Cum punem furia în serviciul nostru?

1. Mai întîi, recunoaște că ești furios. Pare ușor? Adesea negăm acest lucru chiar față de noi înșine. Este necesară o simplă rostire, în voce sau în minte, a cuvintelor „*Sunt furios!*” și să simți forța lor.
2. Analizează furia. De unde vine frustrarea? Ce cauzează starea de furie? Întreabă-te „*Am dreptul să fiu mînios?*” Este o întrebare dificilă, dar fii sincer.
3. Înfruntă furia. Reacționează acceptînd situația. Furia, uneori, poate acționa în favoarea ta. Nu risipi energia focalizîndu-ți atenția pe situație. Concentrează-te asupra unei soluții.

Cum exprimăm adecvat furia?

- Vorbește despre experiența ta. Folosește cuvinte ca „Eu cred...”, „Eu sunt...”, „Sunt furios/ furioasă...”, „Simt... asta și ata...”
- Exprimă-ți furia cât poți de curînd – nu o acumula sub forma resentimentelor.
- Cere exact ceea ce-ți dorești. Ceilalți oameni nu-ți pot citi gândurile. „aș vrea acest lucru – se poate? / Este posibil...?”
- Fii pregătit să negociezi – și alți oameni au nevoi și planuri.
- Nu da vina pe alții și nu spune pe un ton acuzator: „Ai făcut asta” sau „N-ai făcut asta”.
- Găsește adevărata țintă a furiei tale, dar nu acuza pe nimeni pentru asta. Nu-ți lăsa furia să se manifeste indirect.
- Găsește un mod de a-ți exprima furia în siguranță. Acest lucru ar putea include discuția cu un scaun gol, lovirea unei perne, o plimbare lungă, un joc de tenis, de unul singur.
- Asumă-ți responsabilitatea pentru viața și fericirea ta

Cum putem depăși furia?

1. **la o pauză** - Lasă timpul și distanța să te despartă de sursa frustrărilor. Cînd poți, *dă-te la o parte*.
2. **Lasă de la tine** - Poți să te mulțumești cu ce ți se oferă sau faci un compromis? Adulții inteligenți și încrezători fac ambele lucruri. Întrebarea nu este dacă ar trebui să te mulțumești cu ce ai, ci dacă *poți*.
3. **Negociază** – Caută un teren de înțelegere. Concentrează-te asupra subiectului, nu asupra personalității. Dacă insultă sau ridiculizezi interlocutorul, subminezi părerea sau comportamentul se pierde încrederea reciprocă.
4. **Supraveghează-ți limbajul** - Dacă folosești un limbaj extrem, cu cuvinte precum „niciodată” sau „mereu”, renunță. Dacă folosești cuvinte răutăcioase, amenințătoare sau violente, te poți aștepta ca într-o zi cineva să ți-o plătească cu vîrf și îndesat. Caută cuvinte pozitive, constructive în diverse situații și vei gândi în mod constructiv și pozitiv asupra situației.
5. **Ascultă** - În primul rînd, s-ar putea să te înșeli. Poate cel care îți vorbește are ceva de spus, altceva decît „auzi” fiind „orbit” de mînie.
6. **Îmbrățișază-vă** – Da, da, citești bine! Dacă ești furios pe o persoană apropiată, îmbrățișază-o. Din tot sufletul. Poate nu asta simți – și tocmai de asta trebuie s-o faci. E greu să rămii furios cînd cineva îți demonstrează că ține la tine, și exact asta se întîmplă cînd ne îmbrățișăm.
7. **Cereți scuze** - Spune: „Îmi pare rău”, atunci cînd greșești. Simpla recunoaștere va face ca mînia să se stingă asemenea unui băț de chibrit. În plus, cînt te scuzi sincer, îți asumi responsabilitatea propriilor fapte.
8. **Cere ajutor** - Te poți baza mereu pe prieteni, rude și consilieri ca să ceri ajutor. Căutînd sprijin, dovedești că ești puternic, curajos și matur – și nu slab.

MODULUL 3.11. Motivația pentru învățare

SCOP

Mobilizarea resurselor parentale pentru menținerea motivației învățării și prevenirea abandonului școlar.

OBIECTIVE

La finele activităților din modul părinții vor fi capabili:

- să conștientizeze rolul continuității studiilor pentru viitorul copiilor;
- să aplice metode de stimulare și menținere a motivației învățării la copii;

DURATA 90 min

MATERIALE NECESARE

- Studii de caz Fișa resursă 1
- Foi flipchart, markere

SCENARIUL

1. Activitate individuală (10 min)

a) Invitați părinții să reflecteze asupra propriei activități și motivații: „O să vă rog ca fiecare din dvs. să meditați la câteva întrebări, răspunsurile să le treceți pe foaie. ”

- Cu ce dispoziție v-ați trezit azi dimineață?
 - Aveți planuri pentru luna care vine?
 - Știți ce faceți cel mai bine?
 - Vi se întâmplă să nu aveți chef de a face ceva, dar știți că trebuie făcut?
 - Ce va mobilizează să realizați sarcini, să vă implicați în activități? Treceți mai mulți factori.
 - Gândiți-vă acum la obstacolele care apar în realizarea scopurilor, sarcinilor, planurilor de viață?
- b) Părinții sunt rugați să numească factorii care motivează adultul și obstacolele în realizarea scopurilor. Notați pe flipchart.

Pentru a trece la etapa următoare menționați: „ Așa cum un adult în activitatea sa are motive de a realiza sarcini, de a munci, în același timp întâmpină și obstacole care pot fi atât externe cât și interne, tot așa și copilul în realizarea activității sale de bază – învățarea – are motive de a învăța sau de a nu învăța, se confruntă cu obstacole, doar că nu știe cum să le depășească. Așa cum un adult are nevoie să fie susținut, încurajat pentru a-și menține motivația, tot așa și elevul necesită un impuls din exterior. Doar că impulsul nu trebuie să vină nici prea devreme, nici prea târziu. Urmează să discutăm împreună ce-l face pe copil să nu dorească să învețe, ce-l face să-și mobilizeze eforturile. Și care este rolul adultului în supraviețuirea procesului de învățare.”

2. Activitatea Semnele și comportamentele motivației reduse pentru învățare (30 min)

Citiți studiul de caz din fișa resursă 1, în baza căruia inițiați discuția:

- Ce simte Marcela?
- Cum au reacționat părinții?

- Care sunt semnele ce indică motivația redusă pentru învățare?
- Ce alte semne ar putea să ne indice motivația redusă sau lipsa acesteia în activitatea de învățare a copilului. (se vor trece pe flipchart semnele enumerate de părinți);
- Ce vă spun copiii atunci când nu vor să învețe? (răspunsurile se trec pe flipchart)

3. Activitatea *Strategii de stimulare a motivației pentru învățare* (50 min)

- Inițiați o discuție cu referire la ce se poate de făcut pentru a stimula sau menține motivația copiilor pentru învățare. Încurajați părinții să se gândească cum le-ar place lor să fie motivați pentru a realiza anumite sarcini.
- Împărțiți grupul în 3 echipe.
- Solicitați părinților să-și amintească din experiența de relaționare cu copilul lor cum au influențat pozitiv copilul? Rugați părinții să exprime despre strategii de influență pozitive.
- Repartizați fiecărei echipe studiile de caz. (Fișa resursă 1)
- parte de părinți din echipă sunt rugați să propună 2-3 strategii care ar încuraja copilul să învețe și să argumenteze alegerea. Ceilalți părinți din echipă vor elabora un mesaj verbal adresat copilului, mesaj de stimulare/încurajare.
- Prezentare.

Discuții:

- Care este mesajul actor activității?
- De ce este nevoie ca copilul să facă școală?
- Care este responsabilitatea părinților în acest sens?
- Ce ați învățat din aceste activități?
- Ce veți face primul lucru când veți ajunge acasă după întâlnirea de azi?

Temă pentru acasă

Recomandați adulților să dezvolte motivația copilului pentru învățare prin:

- ✓ focalizarea pe aspectele pozitive;
- ✓ atenția acordată progreselor făcute de copil;
- ✓ acceptarea diferențelor individuale – fiecare copil învață diferit un comportament și reacționează diferit într-o situație;
- ✓ încrederea zilnică acordată copilului;
- ✓ așteptări realiste față de copil, adaptate nevoilor și potențialului de dezvoltare;
- ✓ evitarea comparațiilor și a competiției dintre copii;

FIȘA RESURSĂ 1

Studiu de caz nr 1

„Marcela are 13 ani. De mică e pasionată de desen. Se îmbracă cu gust, se piaptână frumos și are întotdeauna idei pentru decorarea camerei ei. Dovedește multă creativitate, știe să deseneze, frecventează cercul artistic din școală. Dintotdeauna l-a auzit pe tatăl ei repetându-i: „Dacă nu înveți bine, nu vei face nimic în viață și nimeni n-o să te ia de nevastă. Că în neamu nostru oamenii o învățat bine, nu ca la alții”. Într-adevăr, singurul lucru care îl interesează pe tatăl ei este să învețe bine. Ceea ce-i place fetei, tata consideră că nu are nici o importanță.

De ceva timp, Marcela nu mai face nimic prin casă, a început să mintă pentru a-și justifica rezultatele slabe, crede că nu este capabilă de nimic și nu are chef de nimic. Este invidioasă pe sora mai mare care ia note bune. Pe scurt, Ionela nu se simte în largul său. Tatăl se enervează din ce în ce mai des. Doar mama încearcă să înțeleagă ce se întâmplă, dar nu poate interveni. Marcela i-a mărturisit mamei că vrea să fie designer, iar tatăl său crede că acest lucru este ridicol și nu folosește la nimic.”

Studiu de caz nr.2

„Marius are 12 ani. La școală preferă să stea în ultima bancă, lângă calorifer, în loc să stea în prima bancă, în fața profesorului. Astfel, Marius adesea ia note proaste. În ciuda tuturor șireteniilor pe care le poate pune în practică pentru a le minimaliza în ochii părinților, el este certat în permanență. De această dată, știe că a mers prea departe: părinții i-au interzis să meargă la toate meciurile de fotbal pînă la sfîrșitul anului. Marius este căpitanul echipei și, în plus, doar la fotbal se bucură cu adevărat de admirație, succes, susținere.

Marius pornește la școală, dar nu ajunge, merge pe terenul de fotbal. După masă vine acasă ca și după lecții. Până află tata de la învățătoare că el nu vine la școală. Părinții i-au spus: „Nu vrei carte, nici fotbal nu mai vezi, o sa stai acasa si o sa ma ajuti pe mine”.

Studiu de caz nr.3

„Lui Lili (11 ani) pare să nu-i pese de școală. În fiecare zi vine cu 5 sau 4 la toate disciplinele. Caietele și lucrările arată teribil – propoziții incomplete, cuvinte scrise prost, idei neduse pînă la capăt, plus la toate mîzgăleli. Mama e convinsă că fiica nu are nevoie de școală. Știe să numere, să scrie, e destul. Restul o va învăța viața. Fetei nu-i place să învețe deoarece nimeni în clasă nu se joacă cu ea. Învățătorii o așează în ultima bancă. Cu toate acestea ea vrea să devină coafeză, să facă manichiură, fiindcă îi place de o doamnă, care tot e roma, dar si-a deschis propria frizerie. Tot ce face Lili acasă piaptână păpușile, împletește codițe din sfori de ață.

FIȘA RESURSĂ 2

Motive ce stau la baza scăderii motivației de a învăța

- Lipsă unui plan de viață și necunoașterea ponderii cunoștințelor în calitatea viitorului său.
- Necunoașterea unei metode adecvate de a învăța, valabilă în clasele gimnaziale, diferită de cea din clasele primare.
- Capacitatea redusă de a „înțelege” materia.
- Trebuințele primare nu sunt satisfăcute.
- Reușitele au fost întărite prin recompense materiale, respectiv motivația înrânsecă (curiozitatea) este redus stimulată.
- Un nivel de aspirație mult prea înalt în raport cu posibilitățile reale ale elevului.
- Nevoia de afirmare nesatisfăcută sau înhibată (foarte importantă în adolescență).
- Obligația de a îndeplini o activitate nepotrivită cu vârsta sau de a alege între două dorințe ori acțiuni la fel de tentante provoacă o tenșiune interioară puternică.
- Presiunea din partea părinților de a obține note bune la școală, apelând la șantaj, unde se pune pe cântar iubirea parentală.
- Interesele elevului, în care ar putea avea succes sunt subestimate, accentul fiind pus pe notele de la școală.
- Evaluări înjuste din partea profesorilor/ părinților;
- Autoritatea excesivă a profesorilor sau părinților;
- Starea de însecuritate/ anxietate datorată autoritarismului parental.
- Conflictelor (interpersonale și/sau intrapersonale) nerezolvate.
- Privarea de blândețea și dragostea maternă.
- Desconsiderarea în permanență din partea părinților.
- Reacția exagerată a părinților la rezultatele nesatisfăcătoare
- Insistența ca toate sarcinile să fie realizate întotdeauna exact atunci când sunt programate;
- Atitudini și sentimente negative față de sine (lipsa valorii personale, neputință, neîncredere, credința neeficienței, culpabilitate, etc) și/sau față de adulți (profesori, părinți).

FIȘA RESURSĂ 3

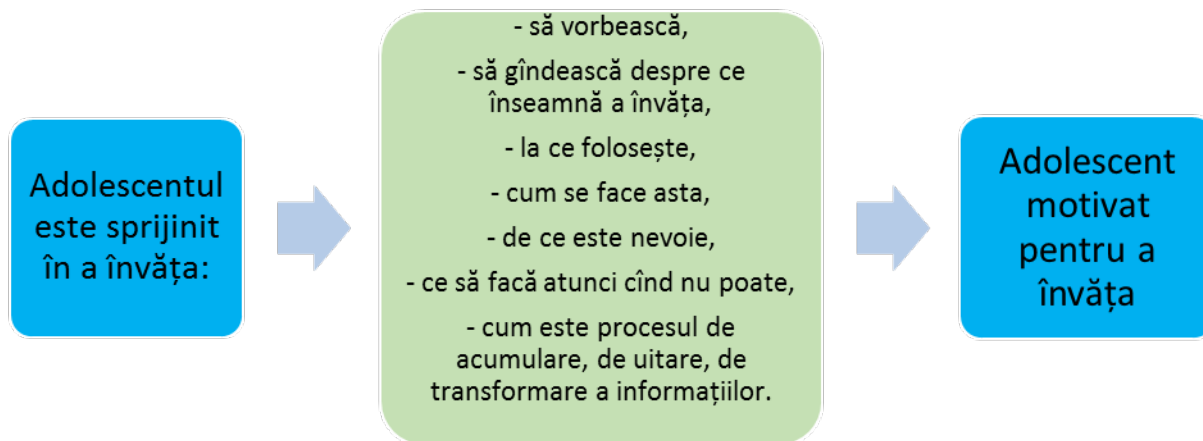
Strategii destimulare a motivației învățării

- Primul pas în motivarea unui copil spre a învăța, este ai explica la ce îi folosește acest lucru (atenție, este vorba despre „acum” și nu „în viitor”).
- Aprecierea evoluției copilului trebuie făcută în termeni pozitivi, deoarece dezaprobarea este mai puțin eficientă în stimularea motivației învățării („*Eram sigur/ă că așa se va întâmpla, deoarece știu că ești un copil care se pricepe destul de bine la mate*”);
- Cunoașterea/ evaluarea intereselor, atracțiilor și respingerilor pentru o disciplină sau alta, a perspectivelor de viitor, a valorii pe care o acordă activității de învățare;
- Participarea intensă la activitățile extrașcolare duce la creșterea motivației în învățare;
- Stabilirea unor standarde realiste de reușită, prin raportarea la reușitele anterioare;

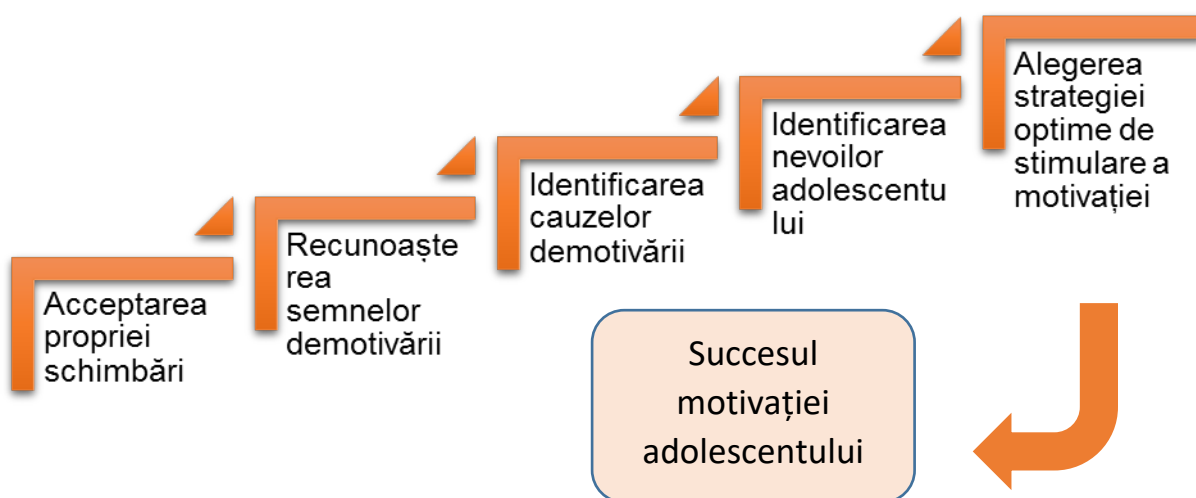
- Încurajarea copilului să-și definească el însuși obiectivele învățării, aceste obiective este bine să fie precise, pe termen scurt, raportate la capacități și potențial;
- Exprimarea încrederii în capacitatea de a reuși;
- Gradul de informare a părinților asupra fenomenului educațional și asupra unor instituții de specialitate (de exemplu, „Școala Părinților”), contribuie la implicarea lor, mai intensă, în dezvoltarea personală și accentuarea motivației la proprii copii.

Sugestii pentru părinți:

- Dacă într-o zi te simți prea obosit/ă, stresat/ă sau nervos/oasă, mai bine ți-ai acorda puțin timp liber, înainte să intri în discuții cu copilul tău.
- Asigură-ți copilul că vei continua să îl iubești și să îl apreciezi în ciuda rezultatelor slabe la școală.
- Trebuie să fii conștient că orice copil are nevoie să manifeste interes și față de alte domenii, nu doar pentru școală. Motivația poate să apară în orice domeniu și copilul poate învăța o mulțime de lucruri din orice activitate, în orice context, nu doar la școală. Important e să fii aproape de el și să-l ajuți să extragă esențialul și ceea ce poate fi raportat și la alte situații din viață.
- Mulți părinți au obiceiul să ofere o răsplată consistentă copilului dacă învață, de tipul „*Vei primi o bicicletă dacă ieși note mari*”. Chiar dacă acest lucru îl motivează pe copilul tău să învețe mai mult, nu este abordarea potrivită. El trebuie să înțeleagă faptul că învață pentru el și nu pentru altcineva.
- Ai răbdare și ține minte că este în definitiv un copil și că va dura până când ideea de a învăța va prinde rădăcini. Adu-i aminte constant de importanța studiilor.
- Trebuie să folosești întotdeauna propoziții afirmative pentru a-l convinge pe copilul tău de importanța studiilor.
- Ghidează copilul în organizarea zilei, astfel încât studierea să devină o rutină zilnică. Atunci când există o rutină bine stabilită, copilul tău va protesta mai puțin atunci când va veni ora de făcut teme. Ajută-l să-și determine prioritățile.
- Oferă-i posibilitatea de a descoperi mai multe modalități de învățare. Există o multitudine de metode de a învăța. Încurajează-l și oferă-i posibilitatea să încerce cât mai multe. Înscrie-l la ateliere, cursuri, care au diferite metode de abordare a studiului.
- Încurajează-l pe copilul tău să vorbească despre problemele pe care le are la școală. Vorbește cu copilul tău despre ce subiecte îi plac sau nu îi plac, care i se par grele, ce probleme are la școală. Lasă subiectul deschis și vorbește cu el despre aceste lucruri de câte ori poți.
- Încurajează-l să-și exprime părerea și să ia decizii. Cere-i părerea de fiecare dată, de la ce prepari de mâncare, la ce program TV să va uitați. Lasă-l să-și aleagă activitățile extracuriculare la care să participe. Nu-l forța să facă ceva doar pentru că îți place ție.



Sugestii pentru a stimula adolescenții



Pași în procesul de stimulare a motivației pentru învățare

Stimilarea lecturii la adolescenți

- Crează-ți o bibliotecă proprie fiind astfel un model pentru copilul tău.
- Împărtășește-i cu entuziasm experiențele tale de învățat. În discuții amicale, povestește-i copilului ce lucruri noi și interesante ai decoperit citind un ziar, o carte etc.
- Dacă dorești să-l cumperi cărți, consultă învățătorul, bibliotecarul, vânzătorul din librării.
- Dacă vrei să alegi o carte să îi trezească interesul pentru lectură, poți începe de la preocupările pe care le are copilul.
- Vizitează de unul singur sau împreună cu copilul librăriile, expozițiile de carte pentru a fi la curent cu noile apariții.
- Arată-te interes de ceea ce citește.

Surse bibliografice:

1. Barbu A. Motivația învățării și reușita școlară. Ed. Rovimed, 2013.
2. Bouillerce B., Rousseau F. Cum să ne motivăm. Iași: Polirom, 2000.
3. Popenici Ș., Fartusnic C. Motivația pentru învățare. Ed. Didactica Publishing House, 2009.

ANEXE

ANEXA 1. Exerciții energizante

AȘTEREA CAMENII

De la persoană la persoană

Toată lumea stă în picioare și își caută un partener. Mediatorul anunță instrucțiunile așa ca „Mână la mână!”, „Spate la spate!”, „Cap la cap!”, „Capul la genunchi!”, etc. Perechile urmează instrucțiunile. După un timp mediatorul strigă „Persoană la persoană”. și toată lumea își găsește un alt partener, inclusiv mediatorul, lăsând un mediator nou în centru.

Este spațiu în dreapta mea.....

Participanții stau într-un cerc cu un scaun liber în plus. Persoana care are scaunul de partea dreaptă spune „Este spațiu în dreapta mea și eu aș vrea să se așeze aici ...” (numește persoana pe care o alege). Persoana aleasă se mișcă pe scaunul liber. Persoana care are acum scaunul liber se deplasează, și în așa fel continuă exercițiul.

O varietate a acestui exercițiu este ca persoana să spună „Este spațiu liber în dreapta mea și eu aș vrea să mă mișc deoarece....”

Transmiteți masca

Într-un cerc, primul participant face o mimică amuzantă. Următorul participant repetă această mimică și apoi cu mână „o scoate de pe față” ca și cum ar scoate o mască, se întoarce la celălalt participant și face deja altă mimică, și tot așa fiecare participant face câte o mimică amuzantă pe rând până când termină jocul.

Toți se schimbă cu locul

Participanții stau pe scaune într-un cerc cu un mediator în mijloc. Mediatorul roagă participanții să se ridice și să schimbe locurile în dependență de diferite categorii „schimbați locurile cei care poartă pantofi negri”, „schimbați locurile cei care merg pe bicicletă”, „schimbați locurile cei care fumează”. Mediatorul încearcă să ia un scaun în timp ce alții își schimbă locurile, lăsând un participant fără scaun, astfel încât cineva devine mediator nou.

O altă variantă al acestui joc ar fi „Coșul cu Fructe” – Fiecare persoană în cerc primește câte un nume de fruct: măr, banană, pară, vișină. Mediatorul numește câte un fruct pe rând și respectiv participanții își schimbă locurile. Când mediatorul strigă “coșul cu fructe”, fiecare participant își schimbă locul.

Aceasta este urechea mea

Într-un cerc, un participant pune degetul pe o parte a corpului, spre exemplu pe cap, și spune „Aceasta este urechea mea!”. Participantul de alături plasează mâna pe picior și spune „Acesta este gâtul meu”, și tot așa continuă.

Transmiteți strânsul de mână

Toți participanții se țin de mâini în cerc. O persoană strânge de mână tandru persoana din stânga și tot așa continuă activitatea pe tot cercul.

Card-uri completate

În grupuri mici, folosiți card-uri cu propoziții ne-finisate, spre exemplu: “Un lucru pe care azi l-am învățat este”, Anotimpul meu preferat este...”, Tu ai ajutat grupul când ...” Rugați participanții să aleagă câte un card pe rând și să răspundă. Fiecare copil poate răspunde la unul și același card, sau fiecare poate să ia un card nou.

Aplaudarea prenumelor

Fiecare aplaudă într-un ritm și spune prenumele fiecărei persoane din cerc.

O altă variantă a acestei activități este de a striga prenumele în cerc. Toți participanții bat din palme și persoana a cărei nume este rostit, rostește numele altui participant.

Cuvertura

Participanții formează două echipe care se așează pe podea cu fața una spre alta. Doi voluntari stau în picioare ținând o cuvertură între echipe astfel încât membrii lor să nu se vadă unii pe alții. În liniște, echipele trimit câte o persoană să se apropie de mijlocul cuverturii. La comanda „1, 2, 3!” cuvertura este dată jos și cei doi pomeniți față în față trebuie să numească cât mai repede prenumele adversarului. Cel care reușește primul să o facă, ia participantul de partea sa. După câteva încercări, de cuvertură se pot apropia câte 2 sau 3 participanți concomitent.

Ce avem în comun?

Animatorul pregătește din timp o listă cu lucruri /caracteristici pe care participanții le-ar putea avea în comun de exemplu „au frați / surori”, „au ciorapi de culoare neagră”, „vorbesc mult la telefon”, „le place fotbalul” etc. Atunci când animatorul citește o caracteristică de pe listă, de exemplu, „citesc regulat ziare”, toți cei care o fac, se deplasează într-un anumit spațiu al sălii, iar ceilalți – în alt spațiu. Când s-au format grupurile, animatorul citește următoarea caracteristică.

Triatlon

Anunță participanții că ei formează o echipă care participă la o probă de triatlon, la care poate participa fiecare, lucrând în propriul ritm. Cele trei probe sunt: 1 minut de alergare pe loc, 1 minut de înot, 1 minut de ciclism. Dacă cuiva nu i se recomandă să facă aceste exerciții, poate efectua altceva, dar care să fie un stimulator fizic.

Demonstrează fiecare exercițiu în parte. Ciclismul poate fi făcut șezând pe scaun, iar înotul – pe spate sau pe burtă. Oferă participanților 2 minute pentru a se antrena și a practica mișcărilor. Spune-le că atunci când vei fluiera prima dată ei vor trebui să înceapă prima probă, adică alergarea.

După 1 minut vei fluiera a doua oară și toți vor începe înotul. După încă 1 minut vei fluiera a treia oară pentru proba de ciclism. Spune „Atenție!” și fluieră. Spune participanților să se străduiască ca mișcărilor lor să fie cât mai sincronizate. Pe parcursul sesiunii, când au nevoie de energizate, participanții pot sugera noi probe de triatlon, cum ar fi urcatul pe munte, vâslitul, schiatul etc.

Cutie cu sarcini

Elaborează o listă cu mișcări fizice energizante, egală cu numărul participanților. Scrie fiecare mișcare pe o fișă aparte și pune-le într-o cutie, pălărie sau pungă. În altă cutie pune tot atâtea fișe, dar cu cifre scrise pe ele, de la 1 până la „n” (numărul participanților în grup). Roagă fiecare participant să extragă o cifră și să o memorigezeze.

Explică-le că pe parcursul sesiunii vei numi câte o cifră. Persoana care își va auzi cifra, va alege o sarcină din cutie și o va anunța grupului, iar acesta o va îndeplini. Alege câte un număr de fiecare dată când grupul se plictisește. Dacă dorești, după ce distribuie cifrele poți spune participanților că fiecare trebuie să inventeze câte o sarcină în mod individual pentru a conduce grupul când cifra sa va fi anunțată.

Exemple de sarcini:

Sărituri

Sărituri în pirostrie

Așezări

Dansul rățuștelor în perechi

Mersul gaștei

Box

Sărituri într-un picior

Sărituri în lungime

Dansul buricului

Mers sportiv

Fuga pe loc

Cancan

Legănatul pe valuri

Cositul ierbii

Trenuțul

Dansuri la discotecă

Taratul pe jos

Urcarea și săritul de pe scaune de 3 ori

Aranjarea scaunelor

Înotul în formă de hexagon

ANEXA 2. Scrisoare către părinți

Stimate dna.....

Stimate dn.....

Vă invităm să veniți alături de noi, pentru a derula programul „Educația părinților”. Împreună vom construi o relație mai bună între dvs și copil, pentru binele copilului dvs.

Acest program își propune să fie alături de dvs pentru a vă ajuta să deveniți un părinte mai bun pentru copilul dvs.

În timpul întâlnirilor se vor aborda diverse teme, de larg interes pentru dezvoltarea și educarea copilului. Temele vor fi abordate într-o manieră interactivă, cu pronunțat caracter interactiv.

Succesul copiilor noștri depinde de noi. Vă așteptăm!

.....

ANEXA 3. Activități de prezentare și cunoaștere

Jocul inițial

Într-un cerc, fiecare persoană se prezintă pe rînd „Eu sunt Iana”. Cînd o iau de la început de acum fiecare repetă prenumele său și un animal care să se înceapă cu aceeași literă cu care se începe prenumele, spre exemplu „Eu sunt Lina, leoaica”. În cercul al treilea fiecare participant, mai adaugă cîte un adjectiv la animal, dar adjectivul tot trebuie să se înceapă cu aceeași literă „Eu sunt Lina, leoaica lucitoare”. La sfîrșit, fiecare din grup repetă prenumele participanților.

Prenumele în cerc

Într-un cerc, rugați fiecare persoană să învețe numele persoanei din stînga. O persoană începe prin a spune „Prenumele meu este Ioana și aceasta este Maria” (persoana din stînga). Maria spune „Aceasta este Ioana, eu sunt Maria și acesta este Ion” (persoana din stînga Mariei). John spune „Aceasta este Jane, aceasta este Mary, eu sunt John și acesta este Michael” (persoana din stînga lui John). Această activitate continuă pînă ce toată lumea din cerc nu se prezintă și nu prezintă colegii din stînga lor. Persoana care ultima va prezenta colegii va trebui să pronunțe prenumele tuturor.

Ce este într-un prenume?

Într-un cerc, fiecare persoană spune pe rînd „Prenumele meu este... și ceea ce înseamnă el pentru mine este...”. Într-un grup mic, fiecare persoană poate să-și scrie numele pe o foaie de hîrtie, să treacă în centrul grupului și să povestească despre prenumele său, de unde vine, dacă le place, cum le place să fie alintați, etc.

Mergi în cerc și „înșfacă”

Rugați oamenii să se ridice în picioare și să formeze grupuri în cerc în conformitate cu criteriul dat de facilitator, spre exemplu culoarea ochilor, grupul de vîrstă în care predă profesorul, anotimpul în care s-au născut. Repetați această activitate cu diferite criterii.

Metodă alternativă: Rugați participanții să formeze grupuri de 3, apoi 5, apoi 4, etc. Și oferiți-le posibilitatea să discute despre ceva nou de fiecare dată, spre exemplu, “Care a fost scopul venirii mele astăzi la serviciu”, “Partea cea mai interesantă a vacanței mele a fost...”

Bingo Uman

Dați-le participanților grila cu Bingo Uman. Rugați participanții să se ridice și să cunoască cît mai multe persoane posibile. Adresați cîte o întrebare din grilă. Dacă persoana răspunde afirmativ, scrieți numele lor, dacă răspunde negativ, atunci vă deplasați spre cealaltă persoană. Continuați activitatea pînă ce grupul întreg formează un cerc mare.

Scutul personal

Fiecare participant desenează un scut și desenează sau scrie câte ceva despre ei în fiecare capitol:

- Jocul meu preferat...
- Cel mai mare succes al meu...
- Cea mai fericită zi din viața mea...
- Familia mea...
- Cel mai bun lucru ce ține de școala mea
- Ce îmi place mie acasă...
- Ce îmi place la mine...
- Eu sunt bun la....
- Eu aș vrea să fi putut...

Participanții se pot uni în perechi și să împărtășească cu colegii ceea ce scriu pe scut sau ei le pot agăța prin toată clasa.

Istoria numelui

Fiecare participant este rugat să-și scrie prenumele pe o foaie folosind creioane colorate, carioca și să relateze cum sau de ce i-a fost pus anume acest prenume și nu altul. Dacă nimeni nu dorește să înceapă, animatorul poate începe într-un mod comic și deschis.

Cercuri duble

Rugați participanții să formeze perechi și apoi rugați-i să formeze 2 cercuri, cu un participant în cercul interior și celălalt participant să-l înfățișeze în cercul exterior. Rugați perechile să discute o afirmație sau o întrebare. Apoi rugați participanții din afară să se miște în stînga și să înfățișeze un nou partener. Dați-le o nouă afirmație sau întrebare pe care ar putea să o discute.

Ca o metodă alternativă puteți să le dați participanților din cercul interior carduri cu întrebări, afirmații sau propoziții referitoare la subiect. În timp ce grupul se mișcă pe cerc ei discută diferite probleme cu diferiți parteneri. Schimbați grupurile din interiorul și exteriorul cercului după un timp oarecare.

Bagajul pierdut

Fiecare primește câte o fișă Bagajul pierdut. Fără a-și semna fișa, participanții vor scrie pe ea 5 lucruri pe care de obicei le iau într-o călătorie. Acestea pot fi materiale, cât și anumite calități, sentimente, trăsături de personalitate. Apoi, în perechi participanții își vor prezenta unul altuia conținutul bagajului personal, după care vor face schimb de bagaje. După aceasta participanții vor forma perechi cu o altă persoană și îi vor spune: „În bagajul meu am... (lucrul pe care le-a notat pe fișa sa), dar acesta este bagajul Angelei și ea are în bagajul său ... (lucrul care sunt notate pe fișa primită de la Angela)”. Activitatea continuă în acest fel până când majoritatea participanților și-au regăsit bagajul pierdut.