

Stima de sine si interculturalitate

Din cuprins...

- În loc de introducere
- Consilierea educațională
- Încrederea în sine. Stima de sine
 - Comunicarea eficientă
 - Motivația pentru învățare
- Succesul școlar într-un mediu intercultural
 - Aplicații
 - Bibliografie



1. În loc de introducere...

*„Educația este abilitatea de a asculta aproape orice lucru,
fără să-ți pierzi răbdarea sau încrederea în tine și în ceilalți.”*
Robert Frost

“Odată, pe când se plimba prin pădure, un tânăr a găsit un vultur. L-a adus acasă și l-a pus să trăiască laolaltă cu găinile, de la care a învățat cum să mănânce ca o găină și cum să se comporte ca o găină. Într-o zi, un iubitor de natură trecu pe acolo și îl întrebă pe tânăr de ce un vultur, regele zburătoarelor, trăiește în curtea păsărilor, laolaltă cu găinile.

„Odată ce i-am dat mâncare pentru găini și l-am obișnuit să fie o găină, nu a învățat să zboare”, i-a răspuns tânărul. „Se comportă ca o găină, așa că nu mai e un vultur”. Iubitorul de natură a insistat: ”Are, fără îndoială, o inimă de vultur, și poate cu siguranță să învețe să zboare”.

Tot vorbind despre asta, cei doi bărbați s-au hotărât să vadă dacă e posibil. Iubitorul de natură a luat cu grijă vulturul în brațe și i-a zis: „Locul tău e în cer, nu pe pământ. Desfă-ți aripile și zboară !” Vulturul nu știa ce se întâmplă, nu știa cine e cel care l-a luat în brațe și, văzând cum găinile ciugulesc boabe, s-a năpustit lângă ele.

Fără să țină seama de întâmplare, a doua zi, iubitorul de natură l-a luat pe vultur cu el pe acoperiș și i-a spus: ”Ești un vultur. Desfă-ți aripile și zboară !”. Dar vulturul era speriat. Îi era teamă de toate: de el, de lume... Nu dorea decât să se reîntoarcă în curtea păsărilor.

În a treia zi, iubitorul de natură s-a trezit devreme, a scos vulturul din curtea păsărilor și l-a luat cu el pe vârful unui munte. Acolo, a ridicat vulturul deasupra capului și i-a zis: „Ești un vultur. Locul tău e pe cer, dar și pe pământ. Desfă-ți aripile și zboară!”.

Vulturul a privit roată, a aruncat o privire spre curtea de păsări, apoi spre cer. Tot nu zbura. În cele din urmă, iubitorul de natură l-a ridicat spre soare. Vulturul începu să tremure ușor și își deschise aripile. Cu un strigăt de triumf se înălță spre soare. Se prea poate ca vulturului să i se facă dor de găini, poate chiar mai trece pe la curtea de păsări din când în când. Dar, din câte știm, nu s-a reîntors nicicând la viața de găină. Era un vultur, chiar dacă dusese o viață de găină.

Asemenea unui vultur, și un om, chiar dacă a fost învățat să se considere altceva decât este în realitate, poate reînvăța cine este cu adevărat, poate lua decizii conforme cu natura sa, poate deveni un învingător.”

(Povestea vulturului, James Aggrey)



2. Consilierea educațională

„Dacă eu sunt consilier, atunci voi cunoaște obiectivele și teoriile consilierii, limitele acesteia, voi învăța și voi experimenta abilități de consiliere și voi fi guvernat de codul etic în acțiunile mele.”
Pete Sanders

Consilierea presupune existența unei persoane care are temporar sau permanent rolul de consilier și care oferă sau acceptă în mod explicit să acorde timp, atenție și respect uneia sau mai multor persoane, cu rolul temporar de client. Sarcina consilierii este de a oferi clientului oportunitatea de a explora, descoperi și clarifica moduri de a trăi valorificându-și resursele, ceea ce conduce la sentimentul de bine interior, îndreptându-se spre o cât mai bună existență. (*Asociația Britanică pentru Consiliere, 1991*)

Consilierea este o activitate care este inițiată de o persoană care caută ajutor. Oferă oportunitatea clientului de a identifica ceea ce-l perturbă, de a se autoexplora și de a se înțelege. Procesul de consiliere îl va ajuta să-și identifice gândurile, emoțiile și comportamentele, care conștientizate fiind, îl fac să se simtă plin de resurse și să hotărască schimbarea. (*Janice Russel, Graham Dexter, Tim Bond, 1992*)

Conceptul de consiliere este prezent în multe domenii, cum ar fi: juridic, economic, religios, imobiliar, afaceri, management, psihologic, educație, etc. De aici s-au dezvoltat și diferite tipuri de consiliere: informațională, educațională, de dezvoltare personală, suportivă, vocațională (de carieră sau OSP), de criză (asistarea psihologică a persoanelor aflate în dificultate), pastorală. (*Adriana Băban, 2001*)

Consilierea educațională

- este realizată de către orice cadru didactic pregătit în consiliere educațională
- are loc la clasă cu elevii, la diferite ore, dar în mod special, la ora de consiliere
- presupune dezvoltarea abilităților de autocunoaștere, a abilităților interpersonale, a stilului de învățare

Consilierea psihologică

- este realizată de psihologul/consilierul școlar, în cadrul activităților de la cabinetul de asistență psihopedagogică.
- presupune desfășurarea unor activități specifice (consiliere individuală, consiliere de grup, evaluare psihologică, programe de prevenire etc.), conform abilităților recunoscute

În sens larg, consilierea școlară reprezintă un proces intensiv de acordare a asistenței psihopedagogice elevilor și celorlalte persoane implicate în procesul educațional (profesori,

părinți, tutori și autorități școlare). Rolul consilierii este unul proactiv, ce presupune prevenirea situațiilor de criză personală și educațională a elevilor. Consilierea școlară se axează pe unitatea triadică: familie- copil- școală, în vederea desfășurării unei educații eficiente și a dezvoltării optime a personalității copilului. Consilierea psihopedagogică are drept obiectiv în școală dezvoltarea unui sistem coerent de scopuri în viață și întărirea comportamentului intenționat. O persoană orientată spre scop este capabilă să pună în acțiune modele alternative de comportament, să abordeze problemele de viață din perspective diferite, dar fără a se cantona rigid în anumite soluții prefabricate. (Tomșa Gheorghe, 2000)

Vorbind despre consilierea școlară (desfășurată nu numai în cadrul școlii), *Patterson* definește consilierea ca „un proces care implică o relație interpersonală între consilier și unul sau mai mulți clienți (elevi, profesori, părinți) cu care el folosește metode psihologice, bazate pe cunoașterea sistematică a personalității umane, în încercarea de a îmbunătăți sănătatea mintală a celor cu care se lucrează.”

Prin urmare, în procesul de consiliere se încearcă “provocarea” unei schimbări voluntare în atitudinile și comportamentul clientului, astfel încât persoana sau grupul „să funcționeze optim din punct de vedere psihosocial”. (*Băban A., 2001*)

Consilierea este... (*Hough M., 1998*)

- o relație
- o formă specială de comunicare
- implică ascultarea
- previne situațiile de criză – rol proactiv
- o persoană este ajutată de alta
- o persoană ajută un grup de persoane
- o formă confidențială de a oferi ajutor
- bazată pe principiul dezvoltării personale
- presupune „împuternicirea” (engl. „empowerment”) persoanelor care caută ajutor
- înseamnă a-i ajuta pe alții să-și identifice și să-și clarifice problemele
- o activitate efectuată de profesioniști
- se ghidează după anumite teorii și după metode specifice domeniului

Consilierea nu este... (*Sanders P., 1999* o relație de prietenie, a avea grijă asemenea unui părinte, a trata pe cineva ca un doctor, a instrui sau a preda, a sfătui, a judeca, doar folosirea deprinderilor și abilităților de consiliere.

Trăsăturile definitorii ale consilierii educaționale

- Este un proces de dezvoltare
- Are un rol de prevenire și proactiv
- Optimizează modul în care elevul relaționează cu școala
- Abordează diverse probleme ale subiectului consiliat (personale, educaționale, sociale, de orientare școlară și profesională)

Consilierea vocațională / consilierea în carieră: constă în îndrumarea (în principal, prin oferire de informații) elevilor în vederea alegerii unei forme de învățământ, potrivit nivelului de pregătire atins anterior și mai ales, potrivit aptitudinilor, intereselor profesionale și personalității acestora.

Obiectivele consilierii educaționale: (A.Băban, 2001)

- promovarea sănătății și a stării de bine (acceptare de sine, relații pozitive cu ceilalți, autonomie, control, sens și scop în viață),
- dezvoltarea personală (cunoaștere de sine, imagine de sine, decizii responsabile, controlul stresului, tehnici de învățare eficientă, relaționare interpersonală armonioasă, **interculturalitate și diversitate**, alegeri optime privind cariera),
- prevenție (afectivitatea negativă, neîncrederea în sine, comportamente cu risc, **comportamente și atitudini discriminative față de etnia romă**, conflicte interpersonale, dificultăți de învățare, disfuncții somatice, situații de criză, inadaptare socială).

Toate persoanele sunt speciale și valoroase pentru că sunt unice. Fiecare persoană este responsabilă pentru propriile decizii. „Clientul” (elevul, părintele, cadrul didactic, familia) „trebuie” să se simtă „împuternicit” (engl. empowered), să manifeste autonomie personală și auto-înțelegere, „satisfăcut și plin de resurse” (See Russell, *apud Pete Sanders, 1999*). Elevul este acceptat ca persoană, **așa cum este el**, și tratat în consecință. Consilierea este în esență o relație permisivă. Consilierea se bazează pe modul de a gândi împreună cu cel consiliat.

Caracteristicile relației de consiliere: (Pete Sanders, 1999)

- **sunt într-adevăr auzit**- sentimentul că o altă persoană este real interesată de mine și încearcă să mă înțeleagă, să mă asculte.
- **căldura**- mă simt bine primit de cineva, ca și când ei ar fi bucuroși să mă vadă cu adevărat.
- **confidențialitate**- este foarte important să mă simt în siguranță, să fiu sigur că altcineva nu va afla ceea ce spun, astfel încât să mă simt jenat.
- **egalitate**- îmi place să mă simt pe picior de egalitate cu altă persoană. Astfel consilierii nu se poartă ca și cum mi-ar fi superiori, ca niște “experți” sau să aibă putere asupra mea.
- **non-judecare**- nu-mi place să mă simt judecat sau să mi se spună ce să fac. Unii mă fac să mă simt ca și cum aș fi făcut ceva rău. Prefer să mă simt acceptat ca persoană, astfel mă simt în siguranță.
- **numai pentru oamenii cu probleme**- Consilierea este pentru oamenii cu probleme. Eu nu am probleme, deci nu am nevoie de consilier.
- **fără limite**- Dacă merg la consilier, voi putea să vorbesc despre orice cred eu că este important pentru mine.
- **plânsul**- este O.K. să plângi când ești supărat. Consilierea te ajută să-ți exprimi emoțiile, sentimentele.
- **relația**- Consilierea este o relație de ajutorare, de suport. Este ceva despre ceea ce se întâmplă între oameni. Fiecare relație are aspecte unice. Relația de consiliere este

construită cu ajutorul instrumentelor de comunicare și cunoaștere a vieții cotidiene. Elevul furnizează propria experiență de viață.

- **respect pentru elev/ părinte, încredere și cooperare-** Consilierul trebuie să învețe să se raporteze adecvat la diferențele culturale și atitudinale care influențează relația și să le respecte.
- **responsabilitate pentru realizarea scopurilor fixate-** “A fi pregătit” și așteptările sunt factori importanți în construirea relației.
- **autodezvăluirea-** elevul/ părintele, „expert în propria lui viață” este ajutat de consilier, „expert în strategii de consiliere” să se descopere. Importantă este latura umană a consilierului.

Toate aspectele legate de caracteristicile relației de consiliere educațională sunt analizate mai ales din perspectiva acceptării diversității și a practicării comportamentelor interculturale, în ceea ce privește etnia romă, de exemplu: lipsa discriminării și a etichetărilor, relaționarea cu persoanele de altă etnie, cunoașterea intereselor, valorilor populației române, investigarea imaginii pozitive/ negative despre apartenența etnică, implicarea și integrarea comunitară.

Atitudini ale consilierului: (Băban A., Petrovai, D., *Consiliere și Orientare*, 2002)

- acceptare necondiționată,
- empatia,
- congruența (concordanța dintre comportamentul său și valorile, convingerile, emoțiile sale),
- colaborarea,
- gândirea pozitivă,
- responsabilitatea,
- respectul.

Abilitățile ale consilierului: (Băban A., Petrovai, D., *Consiliere și Orientare*, 2002)

- ascultarea activă (contact vizual, aprobarea, expresia adecvată a feței, postura care să reflecte deschiderea)
- observarea comportamentului verbal și nonverbal al clientului;
- abilitatea de adresa întrebări: deschise, închise, ipotetice;
- oferirea de feedback;
- furnizarea de informații clare, concrete, într-un limbaj accesibil;
- parafrizarea, repetarea, sumarizarea.

Pentru orele de consiliere, în relația cu clasa, din cadrul programului educațional SDS, apar în prim plan **caracteristici ale “învățătorului/ profesorului” de consiliere:** (Salomia, E., 2003)

- deschiderea sa către experiențe noi
- cunoașterea de sine (să fie conștient de propriile scopuri, de propria motivație, de sentimentele, problemele, calitățile și limitele sale); a nu te cunoaște pe tine este echivalent cu incapacitatea de a crea situații de a se cunoaște pe sine altcuiva

- dorința de a-i ajuta pe alții (este mai mult decât disponibilitate, este interesul conștient și responsabil, grija față de celălalt)
- capacitatea de a fi prezent emoțional, de a empatiza astfel încât copiii să fie stimulați să se dezvăluie
- creativitatea și simțul umorului sunt note de flexibilitate a personalității profesorului

Toate acestea se constituie în **invitația pentru autocunoaștere și dezvoltare personală a celor doresc să realizeze ora de consiliere în cadrul programului educațional SDS.**

Astfel, în timpul orelor de **consiliere, elevii vor învăța în principal, atitudini și abilități:** de a se cunoaște și înțelege pe sine și de a-i cunoaște și înțelege pe ceilalți, de a se accepta pe sine și de a-i accepta pe ceilalți așa cum sunt (**etnia romă, fără etichetări și discriminări, diversitate, diferențe, echitate**), **acceptarea** necondiționată, de a fi mai creativ, spontan și autentic în relațiile cu ceilalți. Accentul cade nu pe ce face el la un moment dat, ci cum se simte, cum face față acelei situații și apoi cum extrapolează strategiile tocmai cele experimentate și exersate la situațiile reale din viața de zi cu zi.

Se știe că ora de consiliere sau activitatea de consiliere educațională este o “altfel de oră”, una deosebită, care are un anumite caracteristici. Ce o face să fie mai specială decât alte ore? Atitudinea, metodele, strategiile de lucru folosite, atmosfera creată, răspunde direct nevoilor elevilor, trăirea experiențelor personale, relația dintre profesor și elevi, subiectele propuse.

Principalele **obiective practice** ale activității eficiente de consiliere sunt: dezvoltarea conștiinței de sine și a atitudinilor pozitive față de propria persoană, dezvoltarea responsabilității sociale, exprimarea și experimentarea a cât mai multe sentimente, comportamente, conștientizarea și acceptarea propriilor sentimente; oferirea unei posibilități optime de intercunoaștere, exersarea unor tehnici de învățare eficientă și management al învățării, optimizarea capacităților de relaționare și comunicare, creșterea încrederii în sine și exersarea strategiilor de rezolvare a situațiilor conflictuale, dezvoltarea abilităților de planificare și alegerea carierei.

Ora de consiliere răspunde următoarelor **nevoi ale elevilor:** cunoaștere și autocunoaștere, înțelegere, încredere în sine de educare a atitudinii în fața schimbării, afectivitate și sprijin, confidențialitate, învingere a timidității, de formare a abilităților solicitate pe piața muncii, informare și comunicare liberă pe probleme actuale, respect și apreciere din partea celorlalți, echilibru emoțional, dezvoltarea capacităților de rezolvare a conflictelor, de implicare și recunoaștere a rolului în comunitate. (**de exemplu, Sunt rom/ romă este o bucurie sau o tristețe?, Am speranța pentru un trai mai bun?, Vreau să relaționez bine cu celelalte persoane din comunitate, să mă integrez? Doresc să achiziționez noi tehnici de învățare pentru a face față cerințelor școlii și nu să abandonez?, Mi-am propus să am mai multă încredere în mine, și să fac față discriminărilor cu care mă confrunt?, etc.)**

Profesorul este solicitat în două direcții: proiectarea orei și relația cu copiii din clasă, **cu părinții acestora.** În proiectarea și desfășurarea **activității** se va ține seama de faptul că intervențiile **cadruului didactic** vor fi minime (exprimată procentual intervenția **acestuia** într-o oră este de aproximativ 20%, iar elevii 80%), dar în momentele importante ale orei,

învățătorul este cel care provoacă, facilitează, propune. Deci, o bună parte din responsabilitatea orelor de consiliere, le revine elevilor, modului **în care aceștia acceptă propunerile cadrului didactic de dezvoltare personală.**



3. Încrederea în sine. Stima de sine

„Când ești mulțumit să fii pur și simplu tu însuși/ însăși și să nu te compari cu ceilalți, toți te vor respecta.”

Lao Tzu

În strânsă legătură cu imaginea de sine se află **încrederea în sine** (engl. „self-confidence”), și **stima de sine** (engl. „self-esteem”), dimensiuni fundamentale pentru orice ființă umană. Se referă la abilitatea de gândi și simți pozitiv despre sine sau, altfel spus, cât de “buni” ne considerăm în raport cu pretențiile noastre și cu ceilalți. O stimă de sine pozitivă și realistă dezvoltă capacitatea de a lua decizii responsabile și abilitatea de a face față presiunii grupului. Stima de sine se bazează pe încrederea în sine, definită de specialiști ca un reper, un „stâlp de susținere și motivare” a acțiunilor noastre. Ele se află în strânsă interdependență, „hrănindu-se” una pe cealaltă.

Experiențele din timpul copilăriei au un rol esențial în dezvoltarea imaginii de sine. (A. Băban, 2001) Astfel, succesele și eșecurile din copilărie legate de **imagine de sine, încredere în sine, aspirații, valori, interese ca etnie romă, securitate și stabilitate (hrană, adăpost, mediu conflictual/ non-conflictual)**, precum și modalitățile de reacție a copilului la acestea definesc imaginea pe care o are copilul despre **el și despre etnia romă.**

Elevii cu stimă de sine pozitivă: (A. Băban, 2001)

- își asumă responsabilități („Pot să fac acest lucru.”)
- se comportă independent („Mă descurc și singur”)
- sunt mândri de realizările lor („Sunt mândru de mine că...”)
- realizează ușor sarcini noi („Sunt convins că o să-mi iasă asta...”)
- își exprimă cu ușurință emoțiile plăcute și neplăcute („îmi place de mine așa cum sunt...”, „Sunt supărat că...”)
- oferă ajutor și sprijin celorlalți.
- își asumă greșelile, ele sunt uneori, „portalul descoperirilor”

Elevii cu stimă de sine scăzută: (A. Băban, 2001)

- sunt nemulțumiți de felul lor de a fi („Nu sunt bun de nimic... **Sunt rom, toți mă subapreciază, nu voi reuși niciodată...**”)
- evită să se implice în sarcini noi („Nu voi fi în stare să fac asta, **nu știu cum...**”)
- se simt nevaloroși și neiușiți („Nimeni nu mă place **și știți de ce...**”)
- îi blamează pe ceilalți pentru realizările lor („Nu merita, dar a ținut profesorul cu el...”)

- pretind că sunt indiferenți emoțional („Nu mă interesează că am luat 4 la istorie...”, „**Și ce dacă toată lumea râde de mine, sunt rom...**”)
- sunt ușor influențabili („Prietenii mei cred că e bine să fumezi..”, „**Mai bine nu învăț să scriu să citesc, așa fac romii...**”)

“O mare cantitate de talent este pierdută în lume din cauza absenței curajului. În fiecare zi dispar oameni a căror timiditate și lipsă de încredere în sine îi împiedică să facă un prim efort.” (Sydney Smith)

O persoană care are stimă de sine ilustrează atitudinea de bază: **eu sunt OK- tu ești OK.** Stima de sine este decisivă pentru a scoate la iveală ceea ce este mai bun în tine sau în ceilalți. Stima de sine nu este constantă. Ea este influențată de succesele și eșecurile din viață.

Poți să lucrezi permanent asupra stimei de sine. Vei dobândi stima de sine dacă vei învăța să te privești pe tine însuși pozitiv, să te placi și să înveți să-ți vezi și să-ți apreciezi punctele tari și să le accepți sau să le corijezi pe cele mai puțin bune. Dacă faci acest efort, acesta va fi apreciat de ceilalți, iar tu poți fi mândru de tine. Dacă nu ai stimă de sine, nu vei fi capabil să-i faci pe alții să aibă stimă de sine. De asemenea, omul care capătă încredere în el, capătă încrederea celorlalți. (Hasidic Saying). Încă din 1532, Francois Rabelais, specialist în educație afirmă că „valorezi, atât cât te apreciezi”.

Când stima de sine este ridicată, optimă sau când te simți OK cu tine, ai anumite sentimente și experiențe pozitive: fericire și optimism, sentimentul succesului, energie și performanță la un nivel înalt, interesul pentru noi provocări, încredere în viitor, încredere în sine și în ceilalți, implicare și simțul responsabilității.

De asemenea încrederea în sine te ajută să: reprezinți ceva pentru sine, reprezinți ceva pentru ceilalți, obții rezultate, îi inspiri pe cei din jur, vezi și folosești posibilitățile ce ți se oferă, stabilești obiective, trăiești din plin în prezent. “Cu cât mai repede vei avea încredere în tine, cu atât mai repede vei ști cum să trăiești.” (J. W. Goethe)

Atunci când stima de sine este scăzută, când nu te simți OK, ai o serie de experiențe și sentimente negative. Inadecvare, frustrare și dezamăgire, rivalitate și neîncredere, nivel scăzut al energiei și al performanțelor, sentimentul de vinovăție, teama de viitor. Cu cât este mai scăzută stima de sine, cu atât mai probabil este ca tu să: vezi probleme peste tot, distrugi relațiile cu alte persoane, te pui în imposibilitatea de a obține rezultate, distrugi prezentul și din această cauză îți distrugi viața.

Tabelul de mai jos te poate ajuta să devii conștient de comportamentul tău și te va inspira să arăți un comportament OK și să eviți comportamentul care nu este OK.: (Modulul de Dezvoltare Personală, Proiectul I.C.C., 2000/2001)

Persoanele cu stimă de sine își asumă responsabilitatea pentru viețile lor și caută să creeze o viață bună pentru ei și pentru ceilalți. Ei/ele:	Persoanele cu stimă de sine scăzută se lasă duși de curent și se simt victimele celor din jur, nu își asumă responsabilitatea. Ei/ele:
---	---

<ul style="list-style-type: none"> • Trăiesc în prezent fără să se simtă vinovați sau să se teamă • Văd problemele ca pe provocări • Își cunosc punctele tari și punctele slabe • Sunt toleranți • Se adaptează ușor la noile situații • Se bucură sincer de succesele celorlalți • Sunt orientați către viitor și fac tot ce pot • Au inițiative • Sunt buni și îi ajută pe alții • Sunt controlați de propriile convingeri • Schimbă regulile, deciziile și principiile atunci când e cazul • Admit și învață din propriile greșeli • Îi corectează pe ceilalți fără să-i rănească • Nu se etichetează pe sine sau pe ceilalți • Sunt cooperanți • Au cerințe înalte față de sine și față de ceilalți • Nu-i învinovătesc pe ceilalți • Sunt centrați pe propriul succes și nu pe eșecurile celorlalți • Au abilitatea de a face ceea ce este mai bine • Nu se tem de competiție • Își dezvoltă propriile capacități și abilități • Au întotdeauna ceva drăguț de spus despre ceilalți 	<ul style="list-style-type: none"> • Trăiesc în concordanță cu ceea ce cred ceilalți despre ei • Cred că nu pot să-și influențeze propria dezvoltare • Le este teamă de provocări • Sunt controlați de reguli, principii și înclinații • Adesea joacă rolul martirului • Controlează totul și fac adeseori abuz de putere • Adesea sunt invidioși • Merg pe căile bătorite • Adesea se critică pe ei înșiși și pe ceilalți • Se simt vinovați și îi învinovătesc pe ceilalți • Evită să acționeze de teamă să nu fie criticați • Le este teamă de viitor • Adesea vorbesc despre vremurile bune de altădată • Încearcă să profite de ceilalți • Nu acceptă greșelile celorlalți • Au întotdeauna explicații pentru propriile greșeli • Fură ideile altora • Sunt malițioși • Fac promisiuni fără a se ține de cuvânt • Se mint pe sine și pe ceilalți • Ascund informații • Vorbesc despre ceilalți în loc să vorbescă despre ei înșiși
--	---



5. Comunicarea eficientă

*„Este competența înțelepciunii să vorbească și este privilegiul înțelepciunii să tacă.”
Oliver Wendell Holmes (1809 - 1894)*

De-a lungul vieții, chiar din momentul în care copilul țipă, omul se angajează într-o *interacțiune socială*. De fapt, de fiecare dată când întâlnim o altă ființă umană are loc o interacțiune socială. Comunicarea reprezintă trecerea informației de la o persoană la alta. Informația poate fi orice, de la o strâmbătură adresată unui prieten până la o dizertație complexă, fiecare exprimând altceva. (*Nicky Hayes, Sue Orell, 1997*).

Comunicarea verbală presupune **utilizarea limbajului**. Acesta ne permite să comunicăm simbolic și să ne referim al evenimente sau obiecte care nu sunt prezente. Comunicarea nonverbală și paraverbală (contactul vizual, expresia facială, poziția, gestul, atingerea, proximitatea, îmbrăcăminte) implică utilizarea unei varietăți de indicii pentru a transmite informații. În interacțiunea socială, comunicarea nonverbală inconștientă apare extrem de des.

I.Radu (1994) consideră comunicarea **în domeniul educațional** ca un proces prin care un individ aflat într-un anumit spațiu și timp își însușește experiența referitoare la datele și evenimentele ambianței de la un alt individ, folosind elementele de comunicare care le sunt comune (repertorii de comunicare). Comunicarea nu poate avea loc decât în condițiile unei minime congruențe a celor două repertorii. Sporirea progresivă a părții comune a celor două repertorii constituie un proces de învățare pe termen lung.

Putem vorbi de relații de **comunicare directe**, personalizate, imediate, aici și acum și relații de **comunicare indirecte**, mediate prin scris sau mijloace audio vizuale. (*C. Nedelcea, P. Dumitru, 1999*). *De Vito (1988)* consideră **cinci scopuri** esențiale ale comunicării: descoperirea personală, descoperirea lumii externe, stabilirea relațiilor cu sens, schimbarea atitudinilor și comportamentelor, joc și distracții.

Activitatea de comunicare îl transformă pe om, dintr-un simplu subiect într-un actor capabil să acționeze “asupra” și nu numai de “a fi în”. Ilustrative din acest punct de vedere sunt experimentele făcute pe copiii care provin din clase sociale favorizate și defavorizate (*B. Bernstein, 1975*), prin care se demonstrează că apartenența la o anumită clasă a copiilor are influență asupra achiziției limbajului.

“Când copilul învață să vorbească, învață și codurile specifice care reglează actele sale verbale, îl învață cerințele structurii sociale” (*E. Păun*), dobândind un anumit cod sociolingvistic: elaborat – limbaj formal sau restrâns – limbaj comun, care-i asigură reușita școlară sau mai târziu reușita socială.

Comunicarea eficientă are caracteristicile: (*C. Nedelcea, P. Dumitru, 1999*)

- pornește de la datele realității concrete, prezența situației
- congruența dintre mesaje verbale și nonverbale
- acordarea feedback-ului reciproc
- efect de autoreglare asupra conduitei personale-homeostazie comportamentală
- facilitarea conștientizării de sine
- adaptarea creativă a persoanei

O astfel de comunicare este esențial “a se întâmpla” în lucrul cu copiii, acasă, la școală, unde relația profesori-elevi, elevi-elevi, elevi-părinți, părinți-profesori, să fie una “prezentă”, adică bazată pe o atitudine deschisă, activă, empatică, caldă, unul față de celălalt, dar și pe un contact autentic cu realitatea umană.

Considerăm importantă **comunicarea nonverbală** pentru o relație eficientă și o comunicare autentică. Asigurarea feedback-ului în cadrul comunicării verbale se realizează prin mijloace nonverbale, cum ar fi mimica, contactul vizual, gesturile, postura, distanța, contactul corporal, pantomimica, aspectul exterior, aspectele paralingvistice (tonul vocii, înălțimea sunetelor, rapiditatea vorbirii, accent, topică, alegerea timpurilor și modurilor verbale etc).

Prin intermediul ascultării active se comunică respect pentru ceea ce gândește sau simte interlocutorul și se transmite mesajul non-verbal că acesta este înțeles și este o persoană importantă.

Ce puteți face pentru a asculta activ...

- **Lăsați-i/le să vorbească** (nu întrerupeți, nu oferiți sugestii, nu vorbiți despre sentimente sau probleme similare din experiența dvs. sau ajutați-i când se opresc).
- **Prindeți ideea principală și puneți-vă în situația celuilalt** (angajați-vă în înțelegerea celui care vorbește, puneți-vă în locul vorbitorului pentru a înțelege cu adevărat prin ceea ce trece).
- **Puneți întrebări pentru a putea înțelege mai bine** (Întrebări clarificatoare: vrei să spui că...?).
- **Verificați dacă ați înțeles** (revedeți cele mai importante gânduri și **emoții/sentimente** ale celui cu care vorbiți, fără a fi de acord sau a dezaproba).
- **Evitați etichetările și prejudecățile, nu discriminați prin cuvinte, gesturi, atitudini.**
- **Provocați-l/o să se exprime** (întrebați-l dacă mai există ceva ce ar vrea să spună).
- **Fiți “deschizători de ușă”** (prin invitații simple, necoercitive la discuții).
- **Aveți un comportament adaptat** (stabilirea contactului vizual confortabil și constant, fără a încrucișa brațele, a sta la același nivel cu vorbitorul- jos sau în picioare, păstrarea distanței optime, indicații ale înțelegerii: aha, da, înțeleg, mișcarea capului, formulări scurte).
- **Citați fragmente sau formule din conversație, care exprimă reflecții** (repetarea ideii de bază care tocmai a fost enunțată. “Dacă înțeleg, lucrul care te enervează este...?”)
- **Vorbiți despre emoțiile și sentimentele pe care le trăiți** (repetarea unui cuvânt care exprimă un sentiment pentru a fi auzit și acceptat la nivel emoțional: “Te simți trădat...”).
- **Exprimați-vă dorințele** (“Mi-aș dori să poți pune laolaltă toate piesele componente ale construcției tale din nou”).
- **Folosiți întrebări cu final deschis** (“Ce crezi că ți-ar spune, dacă i-ai lăuda comportamentul...”).
- **Rezumați** (Similar cu citarea unor fragmente, cu mai multe informații dintr-o parte mai mare a conversației, să fie scurtă și să nu conțină propriile noastre concluzii, să includă numai informații oferite de vorbitor).

Reguli pentru ascultarea activă: focalizează-te pe vorbitor, acordă atenție emoțiilor vorbitorului, ia în considerare sentimentele prietenoase și neprietenoase, arată că înțelegi ce ți se spune, fii un ascultător “dificil”, nu eticheta vorbitorul.

Un bun ascultător are în vedere: contactul vizual, gesturi de aprobare, atitudine adecvată contextului, crearea unei ambianțe liniștite, postura, spațiu potrivit pentru ascultare, expresii de încurajare, întrebări repetate, rezumare a esențialului, să se asigure că înțelege la ce se referă celălalt.

Un rău ascultător: ascultă cu intermitențe, ascultă sub influența prejudecăților, ascultă, dar nu îl preocupă, privește, dar nu ascultă, gândește că efortul de a asculta e prea mare, se simte ofensat de interlocutor, ascultă și ia notițe, ascultă preocupat de subiect și neglijând persoana, ascultă, fiind perturbat de alți factori.

Formele comunicării: verbală- 7%, paraverbală- 38% (expresivitate, accent, intonație, topică), nonverbală- 55% (mimică, gesturi, postură).

**Decalogul
comunicării**

sau

**10 principii
ale
comunicării
eficiente**

(A. Băban, 2001)

1. Nu poți să nu comunici.
2. Comunicarea presupune cunoaștere și stimă de sine.
3. Comunicarea presupune cunoașterea nevoilor, **intereselor și valorilor** celuilalt.
4. Comunicarea presupune mesaje verbale și non-verbale.
5. Comunicarea presupune exprimarea emoțiilor.
6. Comunicarea presupune a oferi și a primi feed-back.
7. Comunicarea **este** conștientizarea stadiilor unei relații.
8. Comunicarea presupune ascultare activă.
9. Conflictele sunt naturale în comunicare.
10. Comunicarea **este** asumarea rezolvării conflictelor.

Asertivitatea este abilitatea de a ne exprima emoțiile, ideile, părerile, convingerile fără a ataca drepturile celorlalți. Portretul asertivității:

- comunicarea directă, deschisă și onestă, care ne face să avem încredere în noi și să câștigăm respectul prietenilor și colegilor
- exprimarea emoțiilor și gândurilor într-un mod în care ne satisfacem nevoile și dorințele, fără a le deranja pe cele ale interlocutorului
- inițierea, menținerea și încheierea conversației într-un mod plăcut
- împărtășirea opiniilor și experiențelor cu ceilalți
- exprimarea emoțiilor negative, fără a te simți stânjenit sau a-l ataca pe celălalt
- solicitare de cereri și refuzul de cereri
- exprimarea emoțiilor pozitive (bucuria, mândria, afinitatea față de cineva, atracția)
- oferirea de complimente și acceptarea acestora
- a spune NU fără a te simți vinovat sau jenat
- recunoașterea responsabilității față de ceilalți
- respectarea drepturilor celorlalte persoane (A. Băban, 2001)

De exemplu, am dreptul să mă respect pentru cine sunt și pentru ceea ce fac, decid care sunt prioritățile mele și cum îmi stabilesc obiectivele personale, am propriile valori, credințe, le spun celorlalți cum doresc să fiu tratat, mă răzgândesc și să greșesc fără să fiu ridiculizat, am relații sociale pozitive, în care să mă simt în siguranță și respectat(ă), spun „NU”, să refuz ceva atunci când știu că nu mi se potrivește, fără să mă simt vinovat(ă), cer informații, atunci când mă interesează ceva, fiu ascultat(ă) și luat(ă) în serios, fiu fericit(ă).

Adesea, unul dintre motivele pentru care cineva evită să se comporte asertiv este teama de consecințe: că ceilalți nu ne vor mai prefera și că vom fi respinși. La fel ca alte temeri personale, și acestea se dovedesc a fi neadevărate și nejustificate. Cea mai bună cale de a face față gândurilor negative de acest tip este tocmai alegerea asertivității.

Cauzele conflictelor: deficite de învățare (nu știm cum să ne comportăm în anumite situații), **frustrările** (lupta pentru satisfacerea unor trebuințe neîmplinite), **incompatibilitatea** între: obiective- trebuințe- interese- norme- valori, **superstiții, generalizări, prejudecăți** (rigidități de raportare la unele situații), **deficite de comunicare** (la nivel personal, interpersonal sau grupal).

Rezolvarea conflictelor-stiluri personale

- **Circumspect:** evită confruntarea, ignoră cearta sau dă înapoi
- **Adaptativ:** comportament amabil, cooperativ, chiar dacă este împotriva scopurilor sale
- **Câștig/ Pierd:** se confruntă și e agresiv, dorește să câștige cu orice preț, vrea să arate că este cel mai bun
- **Compromis:** important este ca fiecare să-și atingă scopurile de bază și să mențină relații bune
- **Rezolvare de probleme sau câștig/ câștig:** ambele părți sunt legitime și importante, acordă respect pentru sprijin reciproc și este dispus la cooperare

Conflictul abordat din perspectiva unei teorii a comunicării, **ca rezultat al unui deficit** la nivelul relației de comunicare se concretizează în trei tipuri principale de răspunsuri neadevate: **blocajul** sau imposibilitatea de a comunica, un **răspuns timid** sau un **răspuns agresiv** (rol de protecție). Din această perspectivă, în lucrul cu **copiii romi** și familiile lor, un important obiectiv este reducerea conflictelor și creșterea gradului de adecvare a comunicării prin dezvoltarea personală și optimizarea comportamentală. Conflictul, pe lângă forța distructivă pe care o are, poate deveni **o șansă pentru maturizare și pentru învățare!** Prin **încredere în sine, inițiativă, toleranță și respect se poate crea imagine pozitivă despre apartenența etnică.** Cunoscând elementele de mediere a conflictului, putem decide asupra căii înțelepte de acțiune: devenim **RESPONSABILI** pentru consecințele acțiunii noastre.



4. Motivația pentru învățare

*„Dacă nu știi în ce port vrei să ajungi,
nici un vânt nu este favorabil.”
Seneca*

Astăzi a-i învăța pe alții cum să învețe nu mai înseamnă a-i teroriza cu munți de cunoștințe, pe care oricum îi uită în proporție de 70- 90%, în primele 3-5 zile, ci de a-i învăța cum să învețe, să facă ceva nou, să dobândească strategii de învățare într-o formă concentrată și esențializată, să fie motivați să învețe.

Dacă „entuziasmul este electricitatea vieții” (G. Parks, 2005), atunci motivația, în termeni metaforici, reprezintă „electricitatea” care „mișcă motoarele sofisticate” ale învățării în procesul educațional. Important este să înțelegem și să acționăm. Cum procedăm pentru a accesa acel optim motivațional, invocat de specialiști? Care este intensitatea potrivită pentru a reuși?

De multe ori auzim sau nu, de la elevii noștri remarci de genul: „este greu, **acasă nu am ce mânca, mama și tata beau și se bat**”, „nu-mi place **că sunt umilit de colegii mei, mă fac rom, nici nu mai pot să învăț**”, „mă enervează, **n-o să mai vin la școală**”, „nu mă atrage deloc”, „nu-mi va folosi niciodată”, „și, care-i scopul”, „teorie, teorie, teorie, m-am săturat”, „adios, școală”, „**sunt rom, oricum nu voi reuși**”, „m-a pierdut de elev/elevă”, „nu mă mai interesează deloc ce se întâmplă”, etc. sau „super”, „am trăit o experiență formidabilă”, „de mult nu a mai fost așa cool la ore”, „în sfârșit, un prof/o profă...altfel, **care mă valorizează, nu mă jignește, nu mă tratează discriminativ**”, „nu știu cum, dar m-a atras, am participat cu atenție”, „am învățat ceva practic”, etc. Ceea ce face diferența între aceste „comunicări” ale elevilor este motivația. Educația nu trebuie să doară sau să producă suferință, ci să placă, să fie de folos, să formeze cetățeni responsabili, echilibrați și motivați spre acțiune și schimbare. (apud. C. Ciucu, M. Staș, 2008)

Studierea motivației în școală a pornit din nevoia de a înțelege și utiliza factorii subiectivi care explică fluctuațiile de randament școlar. Ne întrebăm, de exemplu, de ce un elev, care posedă abilități cognitive și competențe mult mai mari decât ceilalți, poate avea rezultate mai mici decât un alt elev cu abilități mai reduse? Cum pot fi identificați factorii care influențează gradul de implicare a fiecărui elev? Cum putem **cunoaște** ce îi „mobilizează” pe fiecare? Cum poate fi stimulat un elev astfel încât el să obțină un randament în concordanță cu potențialul său? **Care sunt „motoarele” prin care un elev rom poate ajutat să depășească obstacolele cu care se confruntă și să conștientizeze importanța educației și învățării pentru reușita școlară și succesul în viață.**

Un cercetător important al motivației în învățare *Teresa M. Amabile*, argumentează că sunt persoane care sunt intens motivate atât de factori intrinseci cât și de factori extrinseci, după cum sunt și persoane care reacționează slab, indiferent care este forma intrinsecă sau extrinsecă de motivare. Chestionarul de personalitate „*Inventarul preferinței față de muncă*”, creat de aceasta pune în evidență preferințele motivaționale, factorii care motivează în muncă ființa umană, preferințe

definite pe două scale principale (intrinsic, extrinsic) și patru subscale, două intrinseci („Plăcere”, „Provocare”) și două extrinseci („Recunoaștere”, „Recompensă”):

- **Factorul „Plăcere”**- îi definește pe elevii puternic motivați de curiozitate, plăcerea de a lucra și a se exprima prin ceea ce fac; pot fi atât de absorbiți de ceea ce fac, încât uită de toate; preferă să stabilească singuri ceea ce au de făcut; vor să învețe din ceea ce fac și să le placă ceea ce fac;
- **Factorul „Provocare”**- îi definește pe elevii puternic motivați de probleme noi, dificile, complexe; preferă activitățile care le solicită capacitățile intelectuale sau abilitățile motorii; preferă sarcini slab structurate și să decidă ei strategia de lucru;
- **Factorul „Recunoaștere”**- îi definește pe elevii puternic motivați de recunoașterea oferită de ceilalți fiind sensibili la aprecierile colegilor, profesorilor sau familiei; tind să aprecieze succesele prin referire la ceilalți; preferă ca profesorul sau părintele să-i stabilească clar ce are de făcut (obiectivele învățării) și modalitățile de lucru;
- **Factorul „Recompensă”**- îi definește pe cei puternic motivați de recompensa pe care o vor primi pentru munca lor; au mereu în minte obiective ca notă sau premii și sunt capabili de un efort susținut pentru a le obține; preferă sarcini școlare clare.

Copiii au nevoie să afle cum funcționează creierul lor, pentru a achiziționa și procesa cât mai eficient o nouă informație, ce abilități sunt necesare învăța, cum abordează un examen, cum rezolvă probleme, cum oameni diferiți învață în moduri diferite, cum pot aplica o strategie. Mai ales că, cercetările estimează că la fiecare 5 ani avem 100% informații noi. Dacă această tendință continuă, elevii vor beneficia de noi informații, cel puțin în domeniul tehnologic, la fiecare 38 de zile. Aceasta înseamnă că ceea ce ei vor învăța luna aceasta s-ar putea ca luna următoarea să fie “expirat”. (*Dennis W. Mills, 2002*)

Cheia pentru implicarea activă a elevilor în învățare este de a înțelege preferințele pentru învățare, stilul de învățare, cu influențe pozitive sau negative asupra performanțelor elevilor. (*Birkey & Rodman 1995, Dewar 1995, Hartman 1995*).

Președintele executiv de la Xerox Corporation atribuie caracteristica “needucat” pentru acea “persoana care nu știe cum să păstreze, să stocheze ceea ce a învățat, nu are un stil de învățare adecvat”. Prin urmare, elevii care nu știu cum să învețe, nu vor fi capabili să devină responsabili, autonomi, cu abilități și atitudini folositoare pe tot parcursul vieții, necesare pentru reușita școlară și socială.

Stilul de învățare poate afecta rezultatele pe care elevii le obțin la școală. Cercetările demonstrează că atât elevii cu rezultate slabe cât și cei cu rezultate bune reușesc să-și îmbunătățească performanțele școlare, atitudinea față de școală, atunci când își cunosc stilul de învățare. (*Dunn, Griggs, Olson, Gorman, and Beasley 1995*).

Fiecare dintre noi are o capacitate extraordinară de a învăța în diferite moduri. Pentru a determina ce stil de învățare avem, nu trebuie decât să ne gândim la cum preferăm să învățăm ceva nou. Ne place să asimilăm noile informații, abilități, atitudini prin imagini, emoții, contacte cu persoane diferite, sunete, aplicații practice, prin participare activă, directă? Menționăm că a vorbi despre stilurile de învățare, despre modurile diferite de a cunoaște, despre diferențele între cei care învață poate este mai puțin important decât *strategiile efective adecvate fiecărui stil de învățare și materialele de învățare specifice folosite*. Specialiștii

subliniază rolul deosebit pe care îl joacă cadrele didactice, contribuția acestora „în meseria de a-i învăța pe elevi cum să învețe” adaptată nevoilor, intereselor, calităților personale, aspirațiilor, stilului de învățare identificat.

Sunt 3 stiluri de învățare de bază: **vizual, auditiv, tactil-kinestezic**. Atunci când învățăm, depindem de modalitățile senzoriale implicate în procesarea informațiilor. Cercetările au demonstrat că 65% din populație sunt vizuali, 30%- auditivi și numai 5%- tactil-kinestezici. (Dennis W. Mills, 2002). Pentru stilul de învățare auditiv, „inputul” este valoros, pe când pentru celelalte două, combinația tuturor. Fiecare persoană are un mod primar de a învăța. Știați că cei care au un stil de învățare vizual își amintesc 75% din ceea ce citesc sau văd? O dată ce va fi identificat acest mod, elevii împreună cu profesorii și părinții acționează pentru dezvoltarea lui.



5. Succesul școlar

„Succesul... presupune pregătire și disciplină și muncă multă. Dar dacă nu ești speriat de aceste lucruri, oportunitățile sunt mereu foarte mari”.

David Rockefeller

Dicționarul de Psihologie, Larousse: Succesul este rezultatul fericit al unei acțiuni, este o trebuință morală, semnul valorii unei persoane sau unui grup.

Succesul școlar se raportează la rezultatele elevilor, ca nivel de pregătire științifică, cunoștințe, abilități, cât și ca dezvoltare a capacității intelectuale, formarea unor trăsături de personalitate, a interesului și motivației față de învățatură, a stabilității emoționale.

Abordări ale succesului școlar:

1. **de tip input-output** (relațiile dintre resurse și rezultatele școlare, de ex. Raportul Coleman, SUA, 1966, egalitatea șanselor la educație și factorii reușitei școlare, critici-variabila dependentă- rezultatele la probe de cunoștințe)
 - variabilele care definesc mediul familial (primul loc, nivelul de instruire al familiei) influențează foarte mult reușita școlară în comparație cu variabilele școlare
 - variabilele școlare- caracteristicile corpului profesoral- centru al factorilor de reușită
 - particularitățile individuale ale elevilor sunt mai mult decât mediul familial și variabilele școlare- nivelul de aspirații, motivația, atitudinea față de școală, încrederea în sine
2. **de tip procesual** (procesul de instruire, interiorul „cutiei negre”)
3. **de tip organizațional** (modalitățile de răspuns ale școlii la comanda socială)
4. **de tip evaluativ** (aprecierea eficacității intervențiilor educaționale de amploare, impactul schimbărilor majore din învățământ asupra rezultatelor educaționale)

5. **de tip experimental** (intervențiile educative directe asupra elevului în context școlar, observație directă a dinamicii procesului învățării, adaptarea școlară)
6. **ecologică** (observarea sistematică a instituțiilor școlare performante, competitive și a celor ineficiente pentru identificarea corecturilor care pot duce la rezultate școlare ridicate: atitudinile pozitive ale profesorilor față de elevi, nivelul ridicat al așteptărilor față de aceștia, dinamismul și inițiativa directorilor școlilor, aprecierea elevilor nu numai din punct de vedere al achizițiilor cognitive: absenteism redus, lipsa manifestărilor delincvente, activitatea școlară desfășurată acasă, așteptările pozitive ale părinților, asumarea unor roluri în cadrul grupului)

Succesul școlar depinde de următoarele variabile:

- **Individuali: biologici** (dezvoltare fizică armonioasă, sănătate), **psihologici** (factori intelectuali, ca inteligența, aptitudinile și interesele cognitive, factori non-intelectuali, ca motivația, nivelul de aspirație, interrelaționarea cu ceilalți, imaginea de sine a elevilor, etc.)
- **Familiali:** (climatul afectiv din familie, nivelul cultural, atitudinea acesteia față de școală, etc.)
- **Școlari:** (climatul psiho-pedagogic din școală, natura și gradul de dificultate a sarcinilor școlare, expectanțele educatorilor, stiluri didactice)

Psihologul școlar **PURKEY „Invitând la succesul școlar”** (1970)- relația imagine de sine și reușita școlară, așteptările educatorilor asupra performanțelor elevilor. Pentru a încuraja elevii să trăiască sentimente de încredere în sine, educatorii să-și dezvolte atitudinile învățării situaționale:

- ia legătura cu fiecare elev (învață numele, are relații cu el de tipul unul la unul)
- ascultă cu atenție ce spun elevii
- se acceptă așa cum este
- este transparent față de elevi
- invită la o bună disciplină prin a arăta respect elevilor
- se descurcă cu problema respingerii (lipsa răspunsurilor elevilor nu-l atacă în mod personal)
- gândește pozitiv despre sine și despre elevi

Relaționarea cu ceilalți, afirmarea (trăirea sentimentului de autocontrol și exprimarea lui), **investirea** (implicarea elevilor în învățare) și **adaptarea** rapidă a elevilor la cerințele școlare sunt factori ai succesului școlar.

**Calități
necesare
pentru
succes**

- să te cunoști
- să fii motivat(ă)
- să știi să te exprimi corect
- să comunici asertiv
- să-ți placă să lucrezi în echipă
- să respecti termenele sau un angajament
- să fii pregătit(ă) pentru schimbarea meseriei
- să ai atitudine pozitivă față de schimbare
- să manifesti seriozitate, curaj, îndrăzneală
- să ai obiective clare și strategii de dezvoltare

- să știi când să renunți
- să fii persuasiv(ă)
- să iei decizii

A. COMBS- 6 caracteristici ale unui educator **centrat pe succesul școlar al elevilor săi**:

1. trebuie să fie bine informat pe domeniul său
2. să fie sensibil la sentimentele elevilor și colegilor
3. să creadă că elevii săi sunt capabili să învețe
4. să posede o imagine de sine pozitivă
5. să vrea să-i ajute pe elevi să obțină rezultate mai bune
6. să utilizeze metode diferite de instruire

Eșecul școlar este noțiune prezentă în centrul dezbaterilor în anii '70, în prezent se vorbește mai mult de reușită/ succes școlar, motivația fiind cererea societății de a aduce elevii la standarde înalte și nivel ridicat de studii. Charlot, 1990, triplă abordare: fapt pedagogic (dificultăți școlare ale elevilor în procesul învățării), injustiție socială (reproducția socială prin școală, care contrazice ideea egalității șanselor), risipă economică (elevul în situație de eșec nu mai este victimă a unei injustiții sociale, ci un tânăr costisitor pentru societate).

Eșecul școlar (1992, Portugalia)

- **Danemarca**- repetenția nu se practică, eșecul școlar este un dezechilibru între competențele elevului, capacitățile sale naturale și profitul care îl obține de la învățământ
- **Anglia, Țara Galilor, Irlanda**- nu există termenul de eșec școlar, ci underachieving-situația unui elev care nu reușește să realizeze potențialul său individual
- **Scotia**- dificultăți individuale de învățare cauzate de handicap (mintal, fizic, emotiv sau social) sau de programă, metode de învățământ inadecvate
- **Franța**- ieșirea fără calificare din sistemul educativ, dificultăți școlare în atingerea unui anumit nivel de competență
- **Grecia**- nivelul atins de elev față de scopurile și obiectivele programei de studii, nivel măsurat prin metode diverse de evaluare
- **Portugalia**- incapacitatea elevilor de a atinge obiective definite în mod global pe cicluri de studii
- **Italia**- disperse scolastica, incapacitatea elevului de a dobândi cunoștințele de bază
- **Spania**- dificultăți deosebite pentru a atinge obiectivele generale fixate de învățământul fundamental
- **Germania**- nu este definit într-un mod precis, este sesizat prin procentul de repetenție și de abandon
- **Olanda**- elevul trebuie să facă progrese mai ales în raport cu el însuși, abandon precoce al școlarității
- **Belgia**- obiective cognitive neatinse
- **Irlanda**- nu este folosit termenul, nerealizarea potențialului elevului, no achievers, lower achievers
- **Luxemburg**- nu dispune la ora actuală de un sistem explicit de referință al eșecului școlar, termenii de repetenție, abandon sau output școlar deficitar

R. Riviere, 1992- definițiile diferă în funcție de accentul pus pe dezvoltarea copilului sau pe raportarea la o normă instituțională. De ex. în Marea Britanie, Danemarca, Irlanda unde nu se practică repetenția, nereușita copilului se definește prin lipsa dezvoltării personale, stoparea progresului individual. Alte țări- sisteme de examene, evaluări selective, eșecul școlar- repetenție, terminarea școlii fără diplomă, abandon școlar. Uneori aceste noțiuni se întrepătrund. Eșecul înseamnă incapacitatea sistemului educativ care să promoveze o adevărată egalitate de șanse, dificultate în combinarea unui educației de calitate cu un nivel de instruire eficient pentru fiecare și realizare socială.



Câteva aplicații

*“Mergi cu încredere în direcția visurilor tale.
Trăiește viața pe care ți-ai imaginat-o.”
Henry David Thoreau*

Aplicația 1. Fântâna

Obiective

- Să exemplifice resurse ale formării stimei de sine
- Să argumenteze importanța resurselor în formarea și dezvoltarea stimei de sine
- Să definească stima de sine
- Să exerseze atitudinea pozitivă față de propria persoană

Durată: 50 minute

Resurse: fișe de lucru, flipchart/tablă, coli de flipchart, markere, post-it-uri, creioane colorate, scotch

Scenariul activității

1. Exercițiu de spargerea gheții. Dați elevilor câte un bilețel colorat pe care să deseneze un simbol despre ei, dar care să fie în legătură cu inițiala prenumelui, de exemplu: Stelian-soldat (săritor, organizat, disciplinat, meserie preferată), Dimitria- delfin (delicată, dibace, inteligentă, deșteaptă). Fiecare elev se prezintă în fața clasei. Precizați că una din căile prin care se formează stima de sine se referă la investigarea și analiza propriilor calități, dar și comunicarea lor celorlalți. Se anunță tema activității. Durată: 5 minute

2. Realizați 5 echipe după criteriul flori de primăvară (ghiocei, toporași, brebenei, narcise, zambile). Dați o sarcină comună tuturor echipelor:

- Ce este stima de sine? O definiție și un catren

- Care sunt resursele stimei de sine? Enumerați cel puțin 3 resurse, cu exemple concrete

Fiecare echipă primește coli de flipchart și markere. Se lucrează în echipe, timp de 10 minute, apoi se prezintă și se analizează rezultatele muncii cu întreaga clasă. Pentru precizări teoretice, cereți elevilor să consulte fișa de lucru nr. 1, despre „Ce spun experții despre stima de sine?”. Durată: 15 minute

3. Distribuți elevilor fișa de lucru 2. Un elev va citi **fragmentul din** „Fata Babei și fata moșneagului”, de Ion Creangă. Cereți elevilor să explice ce înseamnă pentru ei „o fântână”, ce semnificații poate avea, ca metaforă. Fântâna poate fi oglinda sinelui. În ea putem observa calitățile, abilitățile, aptitudinile, aspirațiile, responsabilitățile, punctele tari, punctele slabe, oportunitățile, practic tot ceea ce caracterizează o persoană. Important este ca cel/cea care se „privește în interior” să facă acest lucru cu sinceritate, cu dorința de a se dezvolta și de a progresa. Fiecare va completa primul punct din fișă: un eseu de numai 5 rânduri despre propria personalitate, despre ei înșiși, așa cum se simt în momentul dat, dacă se plac sau nu, dacă sunt valorizați sau nu. De asemenea, provocați elevii să se gândească la ce sau cine anume a avut contribuții deosebite la modul în care se percep, la ceea ce sunt ei acum, evoluția și dezvoltarea personală, practic să reflecteze asupra resurselor formării stimei de sine. De exemplu: Cine a îngrijit fântâna? Cine a curățat-o? Ce a fost nevoie să aruncați? Cum s-a produs transformarea? A fost dureroasă? Durată: 15 minute

4. Sintetizați printr-un scurt brainstorming, resursele formării și dezvoltării stimei de sine. Notați toate ideile, fără a fi criticate pe o coală de flipchart și discutați-le. Dați elevilor **fișa de lucru 3**, în care aceștia vor realiza un clasament personal al acestor resurse, după ce, în prealabil, au fost analizate. Realizați și un clasament al **grupului** cu primele 3 locuri cele mai importante în formarea stimei de sine. Numiți doi elevi care să afișeze rezultatele pe un perete din clasă. Durată: 5 minute

Reflecții și evaluare

- Ce este stima de sine? Este importantă pentru dezvoltarea unei persoane? Argumentați!
- Apreciați ce fel de stimă de sine aveți?
- În ce măsură v-a afectat până acum percepția asupra propriei persoane și ce cred ceilalți despre voi, **din perspectiva percepției etniei rome?**
- Care sunt cele mai importante resurse ale formării și dezvoltării stimei de sine?
- Care este punctul forte al vostru? Dar punctul slab?
- Ce veți face în următoarea perioadă de timp pentru „a remedia” stima de sine, „pentru a curăța fântâna”?
- Care citat v-a plăcut cel mai mult din ceea ce au spus experții despre stima de sine?
- Ce ați învățat din această activitate?

De lucru în familie! Fiecare elev va provoca toți membrii familiei, poate într-o zi de duminică, la un moment de relaxare și comunicare, **să deseneze sau să scrie** un eseu despre ei, de 5 rânduri. Vor discuta cu părinții și cu membrii familiei despre cine i-a ajutat pe ei să-

și formeze o stimă de sine pozitivă, optimă sau, din contră, cine i-a discreditat; **i-a umilit, i-a jignit, i-a discriminat, să eumere situații, coincidențe, diferite întâmplări.**

Fișa de lucru 1. Ce spun experții despre stima de sine?

- „Ceea ce simți tu despre tine, îți afectează modul de a acționa. Când te înțelegi și te accepți pe tine însuși, îți va fi mai ușor să-i înțelegi și să-i accepți și pe ceilalți.”
- „O persoană cu stimă de sine OK, simte că merită, că este bună și capabilă, pe când oamenii cu stimă de sine negativă gândesc despre ei că nu merită și că ceea ce fac nu este important pentru alții, cu atât mai puțin pentru ei.”
- „Stima de sine este asemenea unui “vaccin social”, o dimensiune a personalității care împuternicește oamenii să se apere împotriva unui comportament indezirabil social. Ea nu poate fi atribuită unei persoane de o altă persoană sau de societate, trebuie să fie câștigată de fiecare persoană în parte.”
- “Familia este cea mai puternică forță în dezvoltarea stimei de sine. Primii ani sunt importanți în stabilirea unei stime de sine autentice. Un stil parental pozitiv este crucial în dezvoltarea la copii a unei stime de sine optime și a eficienței personale.”
- „Climatul școlar joacă un rol important în dezvoltarea stimei de sine la elevi. Școlile care au ca țintă majoră stima de sine au demonstrat că elevii acestora devin “mai buni, au succes academic și un stil de viață sănătos. De asemenea, elevii acestor școli, este mai puțin probabil, să se implice în comportamente distructive, alcool, droguri, violențe și crime.”

Fișa de lucru 2. Fântâna

„Și mergând ea mai departe, numai iaca ce vede o fântână mălită și părăsită. Fântâna atunci zice: -Fată frumoasă și harnică, îngrijește-mă, că ți-oi prinde și eu bine vreodată. Fata curăță fântâna și-o îngrijește foarte bine, apoi o lasă și-și caută de drum... Când, mai încolo, numai iaca fântâna îngrijită de dânsa era plină până-n gură cu apă limpede cum îi lacrima, dulce și rece cum îi gheața...” (*Fata babei și fata moșneagului, Ion Creangă*)

Imaginați-vă că vă întâlniți cu o fântână. Priviți apa limpede, curată și rece, tocmai bună de băut și vă vedeți chipul, întreaga personalitate oglindită în ea. Ce spuneți despre voi? Cine sunteți? Cum vă caracterizați? **Ce spune fântâna despre faptul că sunteți rom?** Realizați un eseu de numai 5 rânduri.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

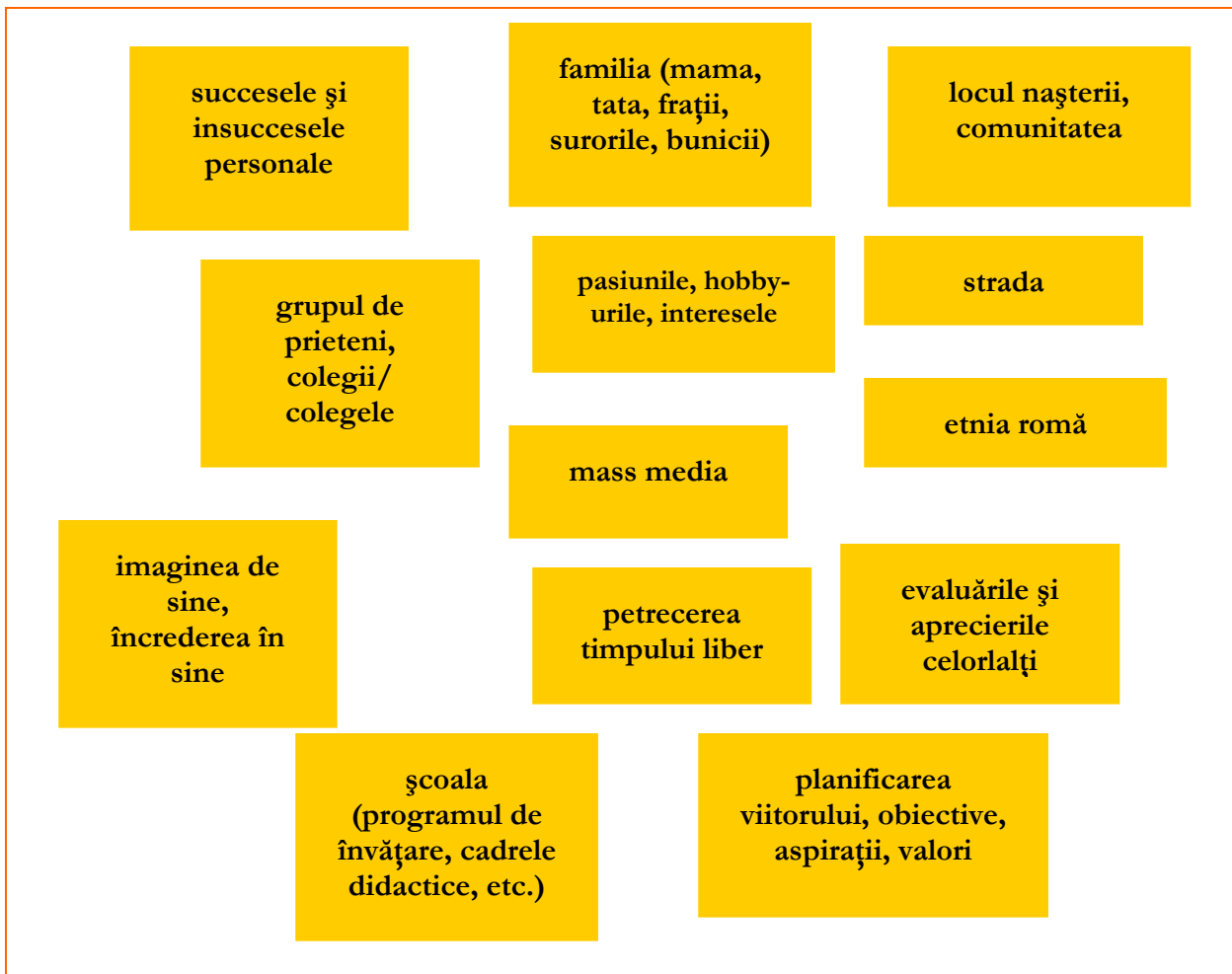
.....

.....

.....

Fișa de lucru 3. Clasament

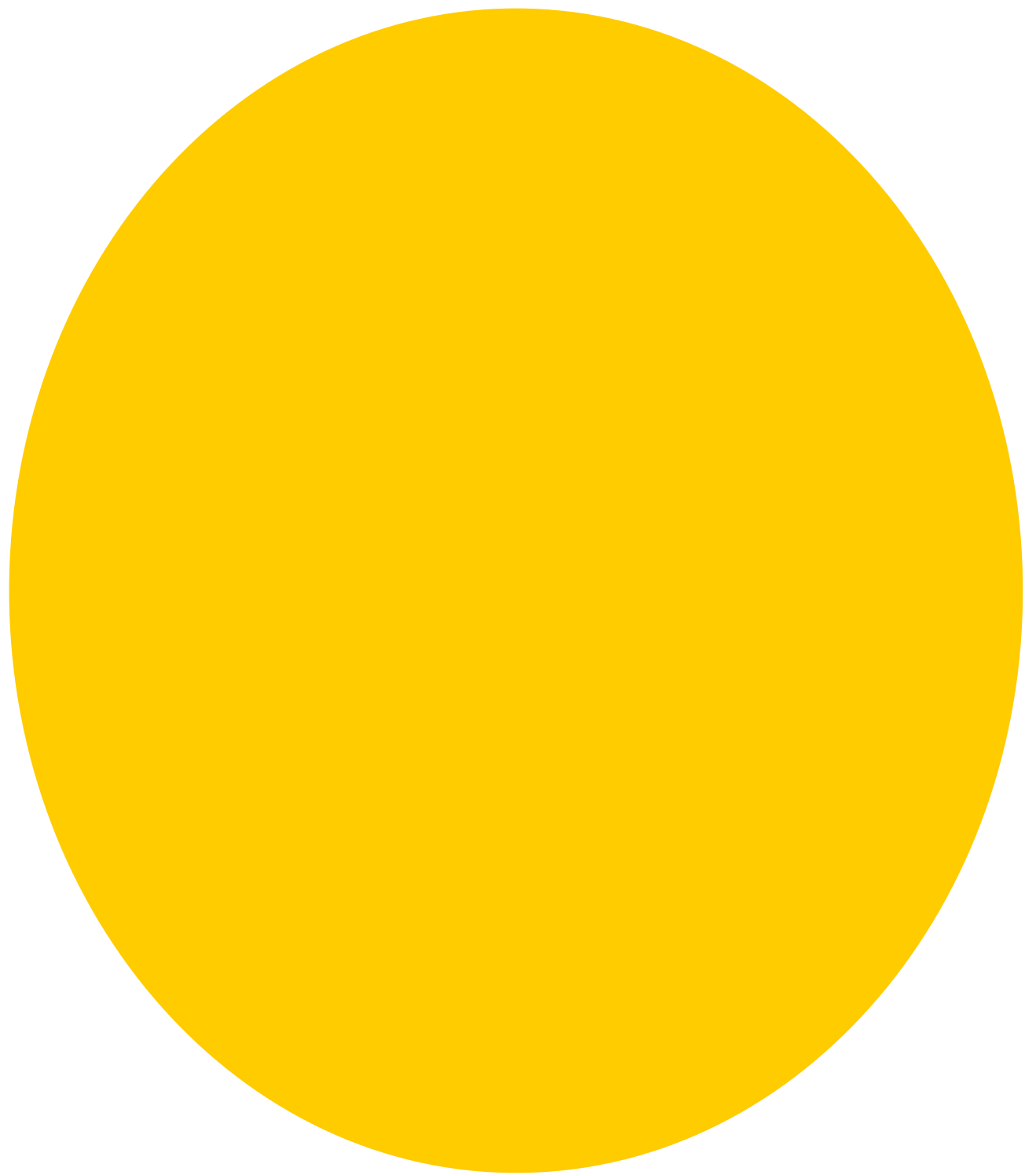
Identificați în ordinea importanței pentru voi care sunt resursele formării și dezvoltării stimei de sine. Realizați un clasament personal, apoi un clasament al clasei (numai primele 3 locuri)!



Aplicația 2. Află mai multe despre tine

Desenează-te pe tine însuși/însăși, așa cum te vezi, așa cum simți că ești!

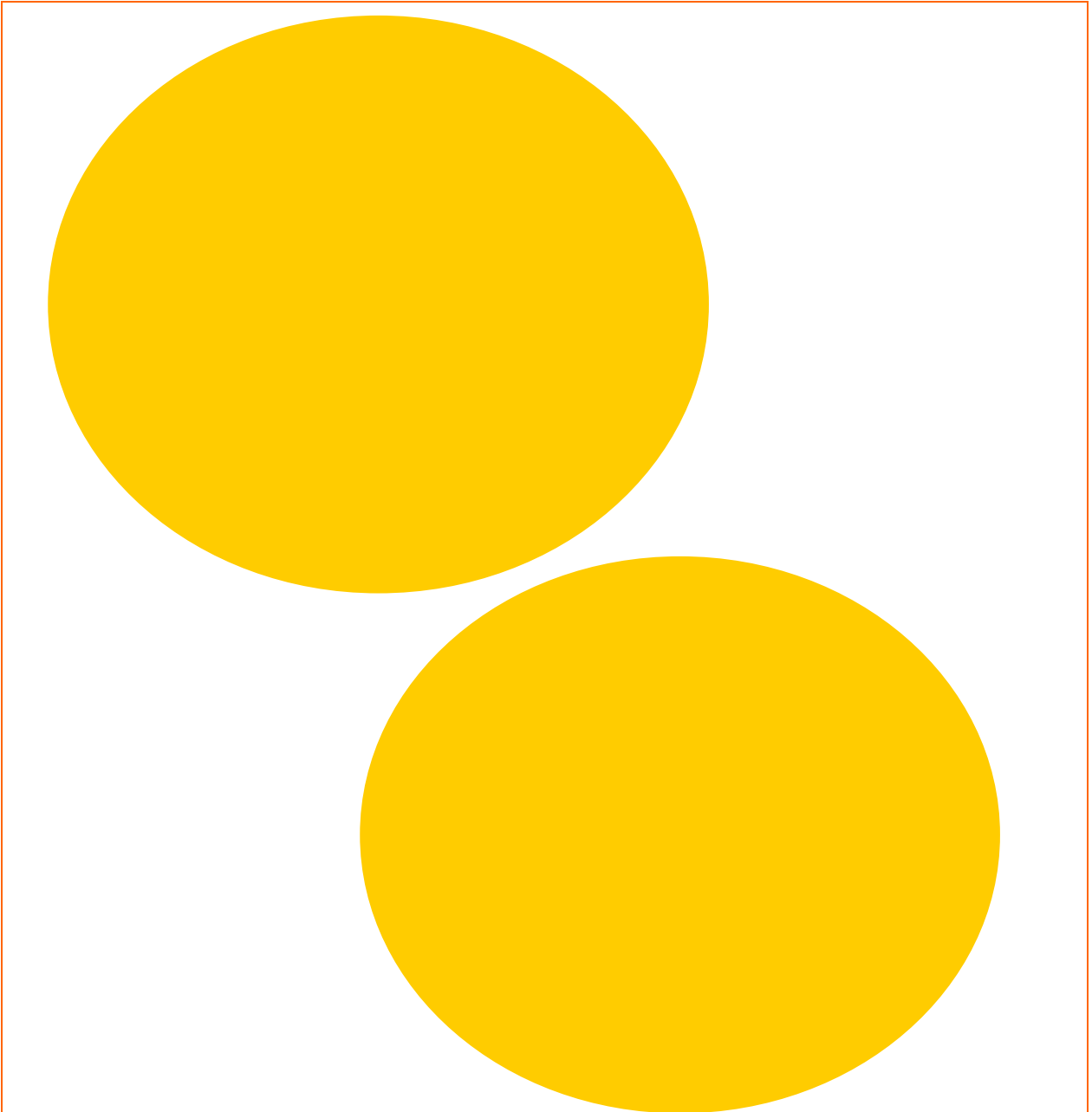
- **Ce calități ai?**
- **Ce este reprezentativ pentru tine?**
- **Ce-ți place/ ce nu-ți place cel mai mult la tine?**
- **Ce influențe are asupra ta/ asupra celorlalți faptul că ești rom?**
- **Cum reușești să faci față etichetărilor și situațiilor problematice?**
- **Ce pasiuni/ hobby-uri ai sau ți-ar plăcea să practici?**
- **Care este visul tău? Care sunt speranțele tale?**



Aplicația 3. „Eu”

Desenează două lucruri importante pentru tine! Explică, verbal sau în scris, motivele pentru care ele ocupă un loc deosebit în viața ta!

- Cum te pot ajuta aceste două „lucruri” la școală, în viață?
- Le cunoaște cineva sau acum ai vorbit prima dată despre ele?
- Pot fi două resurse pentru integrarea în școală și planul de acțiune personal împotriva absentismului și abandonului?
- Ce aspecte legate de etnia romă sunt prezente în fișele de lucru?



Aplicația 4. „Etnia romă: bucurie sau tristețe”
Completați în copacul etniei de mai jos, momentele și situațiile de bucurie sau tristețe, că sunteți rom/ romă.

Copacul etniei



Etnia romă:
bucurie
sau
tristețe?

Aplicația 5. „Suntem diferiți, dar egali? O soluție: prietenia”

1. Copiii de vârstă voastră din SUA au spus următoarele despre prietenie, prieteni/prietene. („*Supă de pui pentru suflet de copil*”, Jack Canfield, 2001)

Voi ce credeți despre prietenie, prieteni/prietene?

- a. „Prietenia face ca bucuria să fie mai mare și tristețea mai mică.”
 - b. „Un prieten, e cineva care se ține de cuvânt, spune adevărul și râde împreună cu tine.”
 - c. „Un prieten vine și te aklamă atunci când ai meci.”
 - d. „O prietenă îți va spune mereu că arăți grozav, chiar atunci când nu-i așa!”
-
- a. „O prietenă nu te lasă niciodată la greu!”
 - b. „Un prieten rămâne cu tine la școală când dai de bucluc, ca să te ajute să scrii 250 de propoziții.”
 - c. „O prietenă nu spune nimănui secretele pe care promite să nu le spună.”
 - d. „Un prieten te ajută să-ți faci noi prieteni.”
-
- a. „Un prieten te încurajează să-ți îndeplinești visurile.”
 - b. „O prietenă nu dă niciodată vina pe tine!”
 - c. „Un prieten îți dă ultima bucățică din prăjitura lui.”
 - d. „Un prieten va râde de glumele tale chiar dacă nu sunt grozave.”

2. Ce este prietenia? Ce este un prieten/ o prietenă?

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

3. Ce simți când câștigi un prieten/ o prietenă? Dați exemple!

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

4. Ce simți când pierzi un prieten/ o prietenă? Dați exemple!

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

5. De ce este important să învățăm să fim prieteni buni?

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

De ce avem nevoie de relații de prietenie?

- Pentru sănătatea psihică și fizică.
- Pentru că suntem ființe sociale.
- Pentru că trăim împreună, muncim împreună și ne jucăm împreună.
- Pentru siguranța noastră, pentru confortul nostru.
- Pentru a ne maturiza.
- Pentru a ne îndeplini scopurile, obiectivele.
- Pentru a ne simți integrați.
- ...Tu ce crezi?

6. Completați, în spațiile punctate, aspecte care se referă la prietenul tău sau prietena ta.

Prietenul meu / prietena mea (prenumele sau numele de (răsfăț))...

El/Ea este...

El/Ea aș vrea să fie...

Nu aș vrea niciodată să fie...

Pasiunile comune sunt...

Culoarea preferată este...

Ne-am cunoscut...

- Data
- Locul
- Alte persoane

Un cuvânt pentru prietenia noastră este...

Cea mai frumoasă amintire...

Ne-am certat, pentru că...

Ne-am împăcat, pentru că...

Moto-ul nostru este...

7. Povesteți cum v-ați împrietenit, cum ați vrea să evolueze prietenia voastră și care sunt valorile pe care se bazează prietenia dintre voi!

Aplicația 6. „Succesul se învață”

Ce este succesul?

Care sunt treptele succesului în viziunea voastră? Dacă fiecare treaptă conține elemente esențiale care te ajută să atingi succesul, care sunt acestea? Desenează pe treapta superioară o reprezentare personală a succesului.

Scriveți, apoi explicați formula succesului personal!

Comentați: „Arta succesului se învață.”

Câteva tehnici pentru succes :

- Stabilește-ți corect obiectivele! Obiectivele constau în ceea ce dorești să fii, să faci și să obții. Există câteva reguli de stabilire a unui obiectiv: să fie clar, precis, ușor de formulat într-o singură propoziție, să fie măsurabil, să fie formulat pozitiv, să fie credibil, să fie mobilizator (să te pasioneze), să aibă un termen de timp

- Cunoaște-te pe tine însuși! Fă-ți timp pentru a te observa și analizează-te cu atenție. E foarte important să te înțelegi, să stabilești în ce valori și principii crezi, care îți sunt limitele și potențialul. Succesul tău depinde de cât de bine te cunoști și cât de clar îți este drumul pe care îl alegi în viață.
- Învață să te accepți și să te placi! Dobândirea succesului presupune un anumit grad de autoacceptare și respect de sine. Asta înseamnă să-ți asumi ceea ce ești.
- "VREAU" și "POT"! Cultivă-ți și dezvoltă-ți o stare de spirit de tip "Vreau și pot!".
- Controlul gândurilor. A ține sub control gândurile înseamnă a decide singur asupra destinului propriu - altfel spus, de tine depinde cum îți va fi viața.

Succesul are două componente:

- Individuală, definită ca rezultat favorabil al unei acțiuni, obținut într-o competiție într-un domeniu de activitate
- Socială, definită de acceptarea și recompensarea de către grup sau societate a unor rezultate și performanțe.

Cele 7 trepte ale succesului

1. Spune ce vrei să obții, nu ce vrei să eviți
2. Crează scopuri realiste și motivante
3. Influențează rezultatele în mod direct
4. Măsoară progresul
5. Evaluează resursele
6. Evaluează implicațiile
7. Celebrează succesele

Aplicația 7. „Învățarea? Un concert!”

Completați acrostihul “învățare”!

Î...
N...
V...
Ă...
Ț...
A...
R...
E...

Ce înseamnă „a învăța”?

.....

.....

.....

.....

.....

La ce materii învățați cel mai ușor? Dar cel mai greu? Cum explicați acest lucru?

.....

.....

.....

.....

Alegeți 3 puncte pe care doriți să le îmbunătățiți, referitoare la modalitățile de învățare eficiente:

- Stabilește un plan de învățare.
- Organizează conținuturile învățării.
- Creează un mediu de învățare pozitiv și confortabil: camera, instrumente de lucru, persoane, etc.
- Ai încredere în tine.
- Elimină stările emoționale negative, stresante.
- Utilizează tehnici de memorare: scheme, cuvinte cheie, culori, etc.
- Exersează deprinderi de studiu: luarea notițelor, etc.
- Nu te simți discriminat.
- Acordă timp suficient.
- Identifică stilul de învățare.
- Regândește materialul de învățat.
- Nu te descuraja în fața obstacolelor.

Răspundeți, cu sinceritate, la întrebările din chestionarul de mai jos, ca să aflați ce stil de învățare aveți:

	Itemi	Niciodată 1 punct	Uneori 3 puncte	Întotdeauna 5 puncte
1	Înțeleg și-mi amintesc cel mai bine informațiile, atunci când le văd.			
2	Memorez foarte bine atunci când particip cu întreg corpul (mișcări, atingeri) la activități.			
3	Particip cu bucurie la discuții.			
4	Decorez spațiul personal de învățare.			
5	Prefer să ascult știrile la radio, mai mult decât să le citesc în ziare și reviste.			
6	Vorbesc cu ceilalți când învăț ceva nou.			
7	Prefer să văd cuvintele scrise.			
8	Îmi place să folosesc computerul în învățare.			
9	Îmi place să recit versuri.			
10	Îmi place să scriu sarcinile pe care le am de făcut și numerele de telefon.			
11	Îmi amintesc foarte bine sarcinile verbale.			
12	Am o bună coordonare motrică.			
13	Îmi place să vizualizez ceea ce am de învățat.			

14	Prefer activitățile manuale și fizice.			
15	Înțeleg cel mai bine informațiile, atunci când le aud.			
16	Învăț rapid dacă exersez în activități practice.			
17	Am nevoie de sarcini scrise.			
18	Mă joc cu mici obiecte, în timp ce învăț, muncesc sau ascult profesorul la ore.			
19	Mă bucur când particip la activități artistice vizuale.			
20	Folosesc hârtia și creionul pentru a învăța și memora ceva.			
21	Îmi amintesc foarte bine ceea ce fac.			
22	Memorez cel mai bine prin repetiții verbale și prin discuții cu voce tare.			
23	Mă bucur atunci când acționez.			
24	Întâmpin probleme în ascultarea și înțelegerea unei lecturi.			
25	Îmi place „să mestec ceva”, să mănânc atunci când învăț.			
26	Îmi este greu să învăț când este liniște și tăcere.			
27	Am probleme dacă stau mult timp într-un singur loc.			
28	Am nevoie să discut ideile pentru a le înțelege.			
29	Înțeleg ceea ce învăț dacă folosesc diagrame, tabele, hărți, scheme, schițe, idei principale, postere, fotografii.			
30	Repet numărul de telefon cu voce tare pentru a-l ține minte.			

Calculați scorul și stilul de învățare!

Număr	Puncte	Număr	Puncte	Număr	Puncte
1		3		2	
4		5		8	
7		6		12	
10		9		14	
13		11		16	
17		15		18	
19		22		21	
20		26		23	
24		28		25	
29		30		27	
Total puncte Stil de învățare vizual		Total puncte Stil de învățare auditiv		Total puncte Stil de învățare tactil kinestezic	

Stil de învățare vizual

- Vă amintiți cu ușurință materialul pe care l-ați scris sau citit, mai ales dacă ați luat notițe. Preferați informațiile scrise, însemnările, graficele, diagramele, benzile desenate, reclamele, filmele, experimentele, hărțile, imaginile, etc. Vă plac prezentările frumos colorate și activitățile vizuale. Cel mai bine înțelegeți informațiile pe care le vedeți sau pe cele comunicate în scris. Vizualizați imaginile cuvintelor, simbolurilor, conceptelor în mintea voastră. 65% din populație sunt vizuali.

Stil de învățare auditiv

- Rețineți mai bine și vă amintiți cu ușurință ceea ce se spune sau ce auziți, de exemplu: poezii, povești, melodii, cântece, cuvintele reclamelor, etc. Vă plac detaliile vizuale. Preferați discuțiile din clasă și cele din grupurile mici. Ar trebui să stați în băncile din față pentru a auzi mai bine informațiile. Puteți fi printre cei mai talentați vorbitori în public. 30 % din populație sunt auditivi.

Stil de învățare tactil kinestezic

- Învățați mai bine prin atingeri și mișcări. Vă exersați abilitățile prin practică și imitație. Folosiți simțul tactil kinestezic. Cercetătorii spun că învățați deseori mai greu în comparație cu ceilalți, deoarece informația vă este prezentată diferit față de modul în care v-ar plăcea. Învățați mai ușor prin activități practice, folosind diferite instrumente și joc de rol. Manifestați abilități motrice. 5% din populație sunt tactili kinestezici.

Bibliografie

- *** Revista BIZ, Revista noilor tendințe în afaceri, 2001-2005
- ***Consiliere și orientare școlară, suport de curs, Centrul Educația 2000+
- ***Ghidul carierei mele, Centrul Educația 2000+, Proiectul „Vreau o Carieră”, 2001-2004
- ***Note de curs, Informare și consiliere privind cariera, Danemarca, 1999/2001
- ***Revista Atitudini
- ***Să ne cunoaștem elevii, Centrul Educația 2000+, 2005
- ***Start pentru succes, Centrul Educația 2000+, 2004
- ***Școala părinților, Centrul Parteneriat pentru Egalitate, 2004
- ***Ziarul “Un viitor pentru fiecare”, Nr. 1-9, Proiectul Informare și Consiliere privind Cariera, 1998-2002
- Anderson, Walter, Curs practic de încredere în sine, Editura Curtea Veche, București, 1999
- Băban, A. -coord., (2001). Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere. Cluj- Napoca
- Brophy, J. Enhancing Students' Socialization: Key Elements. ERIC Digest, 1996, www.ericfacility.net/databases
- Burke Hedges, Afirmă-te sub propria firmă, Editura Curtea Veche, București, 2001
- Campbell, R. Educația prin iubire. București, Editura Curtea Veche, 2001.
- Campbell, Ross, Educația prin iubire, Editura Curtea Veche, București, 2001
- Canfield, Jack, Hansen, Mark Victor, Supă de pui la suflet, Editura Amaltea, București, 2000
- Chapmann, Gary, Campbell, Ross, Cele cinci limbaje de iubire ale copiilor, Editura Curtea Veche, București, 2001
- Clarke, Liz, Managementul schimbării, Editura Teora, București, 2002
- Deborah Harrington Mackin, Cum se formează o echipă de succes, Editura Teora, București, 2002
- Faber, Adele, Mazlish, Elaine, Comunicarea eficientă cu copiii, acasă și la școală, Editura Curtea Veche, București, 2002
- Faire, Shoshona, Cornelius, Helena, Știința rezolvării conflictelor, Editura Științifică și Tehnică, București, 1998
- Frankland, A. and Sanders, P. (1999). Next Steps in counselling. UK
- Giblin, Les, Arta relațiilor interumane, Editura Curtea Veche, București, 2000
- Goleman, D. Inteligența emoțională. București, Editura Curtea Veche, 2002.
- Hough, M. (1998). Counselling Skills and Theory. Scotland
- <http://npin.org>, Families and Teachers as Partners
- <http://www.educationworld.com> – Education World. The Educator’s Best Friends

- <http://www.eduref.org> – The Educator’s Reference Desk
- <http://www.self-esteem-nase.org> National Association for Self Esteem
- Jigău, Mihai, Consilierea carierei adulților, Editura Afir, București, 2001
- Jigău, Mihai, Tehnologiile informatice și de comunicare în consilierea carierei, Editura Afir, București, 2002
- Kottman, M. (1995). Guidance and Counselling in the Elementary and Middle Schools, a Practical Approach. USA
- Lisievici, P. (1998) Teoria și practica consilierii. Editura Universității București
- McClellan, Diane E.; Katz, Lilian G. Young Children's Social Development: A Checklist. ERIC Digest, 1993, www.ericfacility.net/databases
- Pavelcu, V. Cunoașterea de sine și auto-cunoașterea personalității. București, EDP, 1982.
- Personal life management: Curriculum Guideline. Ontario Ministry of Education, 1985. www.edu.gov.on.ca/eng/document/curricul/ecu85107.pdf
- Popescu, Marciana, Implicarea comunității în procesul de educație, Colecție Șanse Egale, București, 2000
- Robbins, A. Descoperă forța din tine. București, Editura Curtea Veche, 2002.
- Roth, Maria, Program Phare, Formarea mediatorilor școlari, 2004
- Sanders, P. (1999). First steps in counselling. UK
- Shapiro, Daniel, Conflictele și comunicarea: un ghid prin labirintul artei de a face față conflictelor, Ed. Arc, București, 1998
- Tobias, J. M.; Tobias, E. S.; Friendlander, S. B. Inteligența emoțională în educația copiilor. București, Editura Curtea Veche, 2002.
- Tobias, J. Maurice, Tobias, E. Steven, Friendlander, S., Brian, Inteligența emoțională în educația copiilor, Editura Curtea Veche, București, 2002
- Tomșa, G. (1999). Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București
- Vlăsceanu, Mihaela, Managementul carierei, Să învățăm să ne construim o carieră, Editura Comunicare.ro, București, 2002
- Welsh, A. Janet; Bierman, Karen L. Social Competence. Gale Encyclopedia of Childhood and Adolescence, Gale Research, 1998.