

Orizonturi Creative în Educație

Numărul 3

Alba Iulia, 2025

ISSN 3008 - 2781

ISSN-L 3008 - 2781

PSIHO  **kit**

www.psihokit.ro



Orizonturi Creative în Educație

*Lucrările Conferinței Naționale
„Orizonturi Creative în Educație”*

Numărul 3
Alba Iulia, 2025
ISSN 3008 - 2781
ISSN-L 3008 - 2781

PSIHOKit
www.psihokit.ro



COLECTIVUL DE REDACȚIE

REDACTORI: Popescu Ioana-Mirela

Popa Delia-Margareta

AUTORI:

- ❖ Andrei Doina, profesor Liceul Tehnologic Special pentru Copii cu Deficiențe Auditive Buzău, jud. Buzău
- ❖ Apăscăriței Simona, profesor consilier școlar CJRAE Botoșani
- ❖ Ceru Diana – Bianca, profesor Școala Gimnazială Ciurea, jud. Iași
- ❖ Cîrcotă Roxana, profesor Liceul Tehnologic ”General de Marină Nicolae Dumitrescu Maican” Galați, jud. Galați
- ❖ Crăciun Ionuț, profesor Colegiul Național ”Cantemir – Vodă” București
- ❖ Creța Ioana, profesor învățământ primar Colegiul Tehnic ”Apulum” Alba Iulia, jud. Alba
- ❖ Georgiu Alexandru, profesor Colegiul Național „Liviu Rebreanu”, Bistrița, jud. Bistrița-Năsăud
- ❖ Grama Vasilica, profesor Liceul Tehnologic "Grigore Moisil", Brăila, jud. Brăila
- ❖ Gruian Anamaria, profesor învățământ primar Colegiul Tehnic ”Apulum” Alba Iulia, jud. Alba
- ❖ Gurgu Alexandra Georgiana, profesor Liceul de Arte „Hariclea Darclee” Brăila, jud. Brăila
- ❖ Ifrim Anca-Alexandra, profesor Școala Gimnazială „George Voevidca”, Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava
- ❖ Nistor Oltea, profesor Școala Gimnazială „George Voevidca” Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava
- ❖ Popa Delia Margareta, profesor consilier școlar CJRAE Alba, Colegiul Tehnic ”Apulum” Alba Iulia, jud. Alba
- ❖ Stanciu Daniela, profesor Școala Gimnazială „George Voevidca”, Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava

- ❖ Stoleru Alexandra-Călina, profesor învățământ primar Școala Gimnazială Sânpetru, jud. Brașov
- ❖ Teușan Crina, profesor consilier școlar CJRAE Satu Mare
- ❖ Trifan Corina, psiholog școlar Liceul Teoretic „Vasile Alecsandri”, or. Călărași, Republica Moldova
- ❖ Urieși Ilona, profesor învățământ preșcolar Școala Gimnazială I. Creangă/ G.P.N. 23 Iași, jud. Iași

CUPRINS

SECȚIUNEA I. EDUCAȚIE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ PENTRU PREVENIREA ȘI COMBATerea BULLYING-ULUI

- 1. Incluziune, empatie și educație pentru nonviolență – abordări creative în prevenirea bullying-ului în școlile speciale 5**
 Andrei Doina, profesor
 Liceul Tehnologic Special pentru Copii cu Deficiențe Auditivă Buzău, jud. Buzău
- 2. Iubirea - calea spre transformare 10**
 Apăscăriței Simona, profesor consilier școlar
 CJRAE Botoșani
- 3. Dezvoltarea unui climat pozitiv în clasă prin povești. Valențe educative ale operei lui Ioan Slavici 15**
 Crăciun Ionuț, profesor
 Colegiul Național „Cantemir – Vodă” București
- 4. Proiect educațional „Sustin să previn!” Ediția a 2-a 18**
 Popa Delia Margareta, profesor consilier școlar
 CJRAE Alba, Colegiul Tehnic „Apulum” Alba Iulia, jud. Alba
- 5. Educația empatiei – o lecție europeană învățată la Dublin 21**
 Stanciu Daniela, profesor
 Ifrim Anca-Alexandra, profesor
 Școala Gimnazială „George Voevidca”, Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava

SECȚIUNEA II. METODE CREATIVE PENTRU DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ

- 1. Educația prin teatru ca abordare creativă a învățării socio-emoționale 24**
 Ceru Diana–Bianca, profesor
 Școala Gimnazială Ciurea, jud. Iași
- 2. Metoda FRISCO – metodă creativă pentru dezvoltarea socio-emoțională a elevilor 28**
 Cîrcotă Roxana, profesor
 Liceul Tehnologic „General de Marină Nicolae Dumitrescu Maican” Galați, jud. Galați
- 3. Portrete colective 33**
 Gruian Anamaria, profesor învățământ primar
 Creța Ioana, profesor învățământ primar
 Colegiul Tehnic „Apulum” Alba Iulia, jud. Alba

4. Laboratorul pedagogic al scenei. Educația muzicală ca vector al dezvoltării holistice și al competențelor secolului XXI 36

Gurgu Alexandra Georgiana, profesor
Liceul de Arte „Hariclea Darclee” Brăila, jud. Brăila

5. Metode creative de dezvoltare socio-emoțională a elevilor la orele de limba și literatura română 40

Nistor Oltea, profesor
Școala Gimnazială „George Voevidca” Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava

6. Teatrul ca metodă interactivă de dezvoltare socio-emoțională în învățământul primar 43

Stoleru Alexandra-Călina, profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Sânpetru, jud. Brașov

7. Reziliența și resursele personale. Modele și tehnici de consolidare a rezilienței la adolescenți 47

Trifan Corina, psiholog școlar
Liceul Teoretic „Vasile Alecsandri”, or. Călărași, Republica Moldova

8. Dezvoltarea socio-emoțională a preșcolarilor prin intermediul poveștilor terapeutice 51

Teușan Crina, profesor consilier școlar
CJRAE Satu Mare

9. Provocări în abordarea dezvoltării socio-emoționale la preșcolari 54

Urieși Ilona, profesor educație timpurie
Școala Gimnazială I. Creangă/ G.P.N. 23 Iași, jud. Iași

SECȚIUNEA III. ACTIVITĂȚI DE EDUCAȚIE NONFORMALĂ PENTRU PROMOVAREA DREPTURILOR COPILULUI

1. Activități de educație nonformală pentru promovarea drepturilor copilului: o perspectivă din educația religioasă ortodoxă 59

Georgiu Alexandru, profesor
Colegiul Național „Liviu Rebreanu”, Bistrița, jud. Bistrița-Năsăud

2. Educația nonformală: Cum învață copiii să-și folosească drepturile 63

Grama Vasilica, profesor
Liceul Tehnologic „Grigore Moisil”, Brăila, jud. Brăila

SECȚIUNEA I. EDUCAȚIE ȘI DEZVOLTARE PERSONALĂ PENTRU PREVENIREA ȘI COMBATEREA BULLYING-ULUI

INCLUZIUNE, EMPATIE ȘI EDUCAȚIE PENTRU NONVIOLENȚĂ – ABORDĂRI CREATIVE ÎN PREVENIREA BULLYING-ULUI ÎN ȘCOLILE SPECIALE

Andrei Doina, profesor

Liceul Tehnologic Special pentru Copii cu Deficiențe Auditive Buzău, jud. Buzău

1. Introducere

Într-o societate marcată de diversitate, dar și de numeroase tensiuni sociale, rolul școlii devine esențial în formarea unei culturi a empatiei, a respectului și a nonviolentei. Fenomenul bullying-ului, prezent în aproape toate mediile educaționale, afectează profund dezvoltarea emoțională și socială a copiilor, indiferent de vârstă, statut social sau nivel de dezvoltare¹. În cazul elevilor cu cerințe educaționale speciale (CES), vulnerabilitatea este și mai mare, iar intervențiile educaționale trebuie să fie adaptate, coerente și constant susținute prin parteneriate și proiecte comunitare.

Lucrarea de față reflectă experiența personală ca profesor într-o școală specială și își propune să aducă în atenție modalități creative și incluzive de prevenire și combatere a bullying-ului în rândul elevilor cu CES. Totodată, este prezentat un exemplu de bună practică – **Proiectul Educațional „Să exmatriculăm violența și bullying-ul!”**, realizat în colaborare cu Colegiul Economic „Regele Mihai I” Buzău și Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Buzău.

2. Contextul educațional și specificul elevilor cu CES

Elevii cu deficiențe auditive și asociate se confruntă adesea cu dificultăți de comunicare, de adaptare socială și de integrare în mediul școlar. Aceste provocări pot fi interpretate greșit de către colegii lor, ducând la etichetare, marginalizare sau chiar la manifestări de bullying. Lipsa unui limbaj comun și a unei empatii reale între elevii cu și fără deficiențe devine adesea o sursă de conflict latent.

¹ Elizabeth Nassem, *Bullying. Ghidul cadrului didactic pentru rezolvarea intimidării active în școală*, Editura Centrul Step by Step, București, 2023

Într-o școală specială, educația are rolul de a depăși bariera dizabilității și de a oferi elevilor instrumente de înțelegere, autoapreciere și comunicare. Însă, pentru ca aceștia să-și poată exprima emoțiile într-un mod adecvat, este nevoie de un climat de siguranță emoțională, construit printr-un efort constant al cadrelor didactice, psihologilor și părinților.

În acest context, prevenirea bullying-ului nu înseamnă doar sancționarea comportamentelor agresive, ci mai ales **formarea competențelor socio-emoționale**, a spiritului de echipă și a încrederii reciproce.

3. Bullying-ul în rândul copiilor cu CES – o realitate invizibilă

Deși elevii cu deficiențe auditive sunt, în general, mai retrași, studiile și observațiile de teren arată că formele de bullying se manifestă și în aceste comunități, chiar dacă uneori rămân mai puțin vizibile². Agresiunile pot fi verbale (în mediul elevilor care folosesc parțial limbajul verbal), nonverbale (prin gesturi jignitoare în limbajul mimico-gestual), sociale (izolare, excludere din grupuri de joacă sau activități) sau chiar fizice.

Un aspect specific este **dificultatea de a raporta incidentul**, întrucât comunicarea cu adulții este uneori limitată, iar elevii pot resimți rușine, teamă sau lipsa de încredere că situația lor va fi înțeleasă. De aceea, intervenția educațională trebuie să pună accent pe **dezvoltarea vocabularului emoțional**, pe **educația pentru empatie** și pe **exersarea comportamentelor asertive**.

4. Educația socio-emoțională – fundamentul prevenirii bullying-ului

La baza prevenirii comportamentelor violente stă educația socio-emoțională, care dezvoltă capacitatea copiilor de a recunoaște, exprima și gestiona emoțiile într-un mod sănătos³. În lucrul cu elevii cu CES, aceasta se realizează prin mijloace specifice: jocuri de rol, povești ilustrate, filme educative subtitrate sau traduse în limbaj mimico-gestual, exerciții de recunoaștere a emoțiilor din expresii faciale și gesturi.

În școala specială în care activez, derulăm periodic activități de dezvoltare personală sub motto-ul „*Fii bun, fii empatic, fii tu însuși!*”, prin care elevii sunt ghidați să identifice emoțiile pozitive și negative, să înțeleagă consecințele faptelor lor și să-și exprime nevoile fără agresivitate. În aceste activități, accentul se pune pe **învățarea prin experiență**: copiii joacă scenete, creează afișe, participă la jocuri de cooperare și activități de autocunoaștere.

² CCD Cluj, CJRAE Cluj, *STOP Bullying-ului – Spune NU intimidării! Exemple de bună practică*, Editura Casei Corpului Didactic Cluj, Cluj-Napoca, 2024

³ Roxana Andreea Rusu, *Cum combat bullying-ul? O carte cu noțiuni psihopedagogice pentru combaterea agresivității din școli*, Editura Integral, București, 2022

5. Proiectul educațional „Să exmatriculăm violența și bullying-ul!” – un exemplu de bună practică

Pentru a oferi elevilor o experiență educațională mai amplă, bazată pe colaborare și deschidere spre comunitate, am inițiat și implementat, în anul școlar trecut, **Proiectul Educațional „Să exmatriculăm violența și bullying-ul!”**, în parteneriat cu Colegiul Economic „Regele Mihai I” Buzău și Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Buzău.

Obiectivele proiectului: prevenirea și diminuarea fenomenului de violență și bullying în rândul elevilor prin activități educative și colaborative; dezvoltarea empatiei, a abilităților de comunicare și a toleranței între elevii cu și fără CES; crearea unui cadru sigur și prietenos pentru exprimarea emoțiilor; consolidarea parteneriatului școală-comunitate în sprijinul educației pentru nonviolență.

Etapele proiectului:

1) Campania „Spune NU violenței!” – o activitate comună desfășurată în ambele unități școlare, în care elevii au realizat afișe, desene și colaje tematice. Materialele au fost expuse în spațiile școlilor și promovate pe rețelele sociale, cu scopul de a sensibiliza comunitatea locală.

2) Atelierul „Cuvinte care vindecă” – o sesiune interactivă facilitată de consilierii CJRAE, în care elevii au explorat, prin jocuri de rol și povești, alternative pașnice la conflict. Activitatea a fost adaptată pentru elevii cu deficiențe auditive, folosindu-se limbajul mimico-gestual și materiale vizuale.

3) Întâlnirea „Prietenia nu are bariere” – moment-cheie al proiectului, când elevii din școala specială și cei de la colegiu au lucrat împreună la scenete și activități artistice despre prietenie și toleranță. S-a creat astfel un mediu incluziv, în care elevii au învățat să colaboreze și să comunice dincolo de diferențele de limbaj.

4) Concursul de creație „Mesaje pentru pace” – elevii au redactat (sau desenat, în cazul copiilor cu dificultăți de scris) mesaje motivaționale despre respect și nonviolență. Cele mai reușite au fost publicate într-o broșură digitală comună, distribuită în mediul școlar.

5) Campania de conștientizare pentru părinți – întâlniri tematice și materiale informative, prin care familiile au fost implicate în promovarea comportamentelor pozitive și în susținerea comunicării nonviolente acasă.

Implementarea proiectului a avut un impact semnificativ atât asupra elevilor, cât și asupra cadrelor didactice și părinților. În urma activităților: s-a observat o **scădere a**

comportamentelor agresive și o mai bună gestionare a conflictelor între elevi; elevii cu deficiențe auditive s-au **simțit mai incluși și mai valorizați** în activitățile comune; cadrele didactice au dobândit **instrumente educaționale inovatoare** pentru a aborda bullying-ul prin activități pozitive, nu punitive; s-a consolidat **parteneriatul educațional interinstituțional**, creându-se premisele unor proiecte viitoare similare.

Un moment emoționant a fost la finalul activității „*Prietenia nu are bariere*”, când o elevă cu deficiență auditivă a scris pe un carton colorat, folosind litere mari: „*Când ne privim cu inima, toți vorbim aceeași limbă.*” Acest mesaj a devenit motto-ul proiectului în edițiile următoare.

6. Strategii didactice creative pentru prevenirea bullying-ului în școlile speciale

Experiența proiectului a demonstrat că prevenirea bullying-ului este mai eficientă atunci când se bazează pe metode active și creative. Dintre acestea, am remarcat următoarele:

- **Jocul de rol** – permite elevilor să trăiască emoțiile ambelor părți (victimă/agresor) și să înțeleagă consecințele acțiunilor;
- **Teatrul educațional** – un instrument excelent pentru elevii cu deficiențe auditive, care comunică prin expresivitate corporală și gesturi;
- **Poveștile vizuale** – secvențe ilustrate care încurajează recunoașterea emoțiilor și identificarea soluțiilor pozitive;
- **Tehnologia digitală** – folosirea aplicațiilor educaționale, filmelor subtitrate și a platformelor colaborative online pentru promovarea mesajelor anti-bullying;
- **Arte vizuale și colaj** – activități în care elevii își exprimă emoțiile prin desen, pictură sau colaje, dezvoltând în același timp motricitatea fină și încrederea în sine.

Aceste metode nu doar că reduc comportamentele negative, ci și cresc motivația, implicarea și bucuria de a învăța împreună.

7. Rolul cadrelor didactice și al comunității educaționale

Profesorul are un rol esențial în prevenirea bullying-ului, fiind model de comportament, mediator al conflictelor și facilitator al dialogului. În școlile speciale, acest rol se extinde, deoarece profesorul este adesea și interpret, consilier, sprijin emoțional și formator de valori.

De asemenea, colaborarea cu **psihologul școlar, consilierul CJRAE, părinții și colegii din alte unități** creează o rețea de suport esențială. Este important ca fiecare copil să simtă că aparține unei comunități sigure, în care este ascultat și valorizat.

Comunitatea locală are, la rândul ei, un rol major: implicarea autorităților, a organizațiilor nonguvernamentale și a mass-mediei poate susține campaniile de conștientizare

și poate transforma școala într-un **spațiu al respectului reciproc**.

8. Concluzii

Combaterea bullying-ului în rândul elevilor cu CES presupune mai mult decât intervenții punctuale – presupune o **schimbare de cultură educațională**, bazată pe empatie, diversitate și colaborare.

Proiectul „Să exmatriculăm violența și bullying-ul!” a demonstrat că prin parteneriate între școli, prin implicarea elevilor și a specialiștilor din domeniul psihopedagogiei, putem crea experiențe educaționale autentice, care dezvoltă conștiința morală și responsabilitatea socială a copiilor.

Educația pentru nonviolență trebuie să devină o **componentă permanentă** a curriculumului și a vieții școlare, iar fiecare profesor – un model de comportament empatic și echilibrat. Într-o lume care comunică tot mai mult, dar ascultă tot mai puțin, a-i învăța pe copii **limbajul empatiei** este, poate, cea mai nobilă misiune a noastră ca educatori.

Bibliografie:

- CCD Cluj, CJRAE Cluj, **STOP Bullying-ului – Spune NU intimidării! Exemple de bună practică**, Editura Casei Corpului Didactic Cluj, Cluj-Napoca, 2024;
- Nassem, Elizabeth, **Bullying. Ghidul cadrului didactic pentru rezolvarea intimidării active în școală**, Editura Centrul Step by Step, București, 2023;
- Rusu, Roxana Andreea, **Cum combat bullying-ul? O carte cu noțiuni psihopedagogice pentru combaterea agresivității din școli**, Editura Integral, București, 2022.

IUBIREA – CALEA SPRE TRANSFORMARE

Apăscăriței Simona, profesor consilier școlar
CJRAE Botoșani

Mai tot timpul au un aer blazat și un fum de cutezanță rar întâlnită. Vin la școală, uită să salute, își aruncă ghiozdanul cu nepăsare într-un colț și toată ziua nu fac decât să se bată, să râdă sau să lăncezească cu telefonul în mână. Sunt plictisiți, dar în același timp indignați, nervoși, agresivi, anxioși. Cum să-i înțelegi?!

În fiecare zi, cadrele didactice sunt bombardate cu mii de informații care nu au legătură cu actul de predare, ci cu viața elevilor. Există deja o etichetă pusă: „Elevul X e vinovat”, „Y, nu-mi vine să cred! Abia ce ai ieșit din biroul domnului director”, „Gașca lui Z, răii școlii” în care pare că ne-am blocat și noi, și ei. Așa zișii „elevii-problemă” există în orice școală, iar faptele și comportamentul reprezintă cauza cea mai răspândită a discuțiilor din cancelaria „liniștită”.

Bullying - cine n-a auzit acest cuvânt până acum? Un cuvânt foarte des întâlnit în zilele noastre, mai des ca „mâncare” sau „somm” poate. Însă câți dintre cei care-l folosesc știu exact caracteristicile și consecințele acestui fenomen asupra celor din jur?

Dacă luăm drept rezultat doar scăderea stimei de sine, deja putem spune că are efecte devastatoare pe termen lung. Să nu mai amintim, însă, de eticheta pusă și jigniri constante care provoacă nesiguranță, frică, stres, anxietate, scăderea notelor la școală, izolare socială și dificultăți de menținere a relațiilor de prietenie, insomnii, depresie mergând până la gânduri suicidale greu de controlat. Și culmea e că mai auzi: „dar, doamna, nu i-am spus decât o dată”... o dată pe zi, arătând caracterul repetitiv al bullying-ului, „a fost din joacă, am crezut că știe” scoțând în evidență intenția de a face rău sau poate minți spunând că „nu-și pune mintea cu ăla de-a V-a”, el dorind să demonstreze dezechilibrul de putere existent din cauza diferenței de vârstă.

Acest articol va fi cuprins, preponderent, din citate din toate timpurile, care vor avea drept scop cunoașterea fenomenului de bullying, destul de răspândit în școlile actuale, dar și educația necesară pentru diminuarea și reducerea frecvenței lui.

Te-ai gândit vreodată că demnitatea nu stă mână-n mână cu intenția de a râde de alții? Iată afirmația lui Charlie Chaplin, un bine cunoscut actor de comedie: „Durerea mea poate fi motivul pentru care cineva râde. Dar râsul meu nu trebuie să fie niciodată motivul pentru

durerea cuiva.”⁴, care face apel la umanitate, empatie și înțelegerea în perspectivă, accentuând că nu este respectabil a râde de alții. Justin Bieber, un cântăreț în vogă în anii 2000, susține și el această teorie, din perspectivă modernă, afirmând despre internet că „ar trebui folosit pentru a-i inspira pe alții, nu pentru a răspândi ură sau pentru a-i răni pe alții.”⁵, așa cum o face cyberbullying-ul.

Însă, o zicală care m-a zguduit îi aparține autoarei Lynette Mather și este de fapt o întrebare: „Ce s-ar întâmpla dacă copilul pe care l-ai hărțuit la școală crește și devine singurul chirurg care ți-ar putea salva viața?”⁶. Oare ai mai avea curaj să râzi de cei pentru care școala reprezintă principalul lor interes și care își dedică ani din viața studiului?! În aceeași idee merge și Abraham Lincoln, care deși a fost în văzul lumii fiind președintele Statelor Unite ale Americii timp de patru ani, ar prefera să fie considerat un nimeni decât o ființă rea.

Am scos în evidență efectul bullying-ului asupra victimelor și neglijența agresorilor care-și folosesc puterea în exces pentru a răni, defăima, dar ei sunt singurii actori implicați în această poveste? Nu, evident că, deseori ignorat și omis în fenomenul bullying-ului, îl reprezintă rolul martorului. Martorul este o persoană care, din întâmplare, vede situația creată de agresor și neputința victimei și ignoră fără să își dea seama de importanța lui ca simplu trecător responsabil, atrăgând astfel victoria forțelor rele prin neimplicarea oamenilor buni. Se observă cum indiferența și lipsa de empatie se plătesc prin privirea care se uită întrebător dacă i se va lua apărarea, sunetul lipsit de putere care se aude asurzitor și mâna întinsă pe care cel de jos o așteaptă ca să se ridice. Conform statisticilor și cercetărilor realizate de Espalage, Pigott și Polenin⁷, în momentul în care trecătorii intervin, bullying-ul încetează în 10 secunde, în 57% din cazuri, așadar stă în puterea martorului să ajute victima.

Martorii ca martorii, dar ce poate face victima astfel încât să fie eliberată? Totul începe cu conștientizarea: „M-am trezit într-o zi și m-am gândit: «Gata cu auto-hărțuirea». Războiul este în tine și acolo trebuie câștigat. Doar abordează-ți nesiguranțele și apoi lasă-le să plece.”⁸, sunt spusele cântăreței Keala Settle, faimoasă pentru interpretarea piesei „*This Is Me*” din filmul *The Greatest Showman*. Ea vorbește despre curajul de a fi tu însuși, despre acceptarea și iubirea de sine, mesaje cu mult impact asupra celor care au îndoieli sau simt presiunea de a fi perfecți

⁴ <https://sgwebdigital.com> 11 nov. 2025

⁵ Ibidem

⁶ <https://www.goodreads.com> (traducere personală) 11 nov. 2025

⁷ Espalage, D., Pigott, T., Polanin, J. (2012) "A Meta-Analysis of School-Based Bullying Prevention Programs' Effects on Bystander Intervention Behavior." *School Psychology Review*, Volume 41, No. 1, 47–65

⁸ <https://www.brainyquote.com> 11 nov. 2025

în ochii celorlalți. În fiecare dintre noi există dorința de a fi recunoscut, apreciat, important, de aceea cea mai grea luptă este cu tine însuși.

Primul inamic prezent în această luptă, principalul agresor este chiar gândul. Dacă ai puterea de a-l controla, vei câștiga războiul fără a mai oferi șansa de a râde de tine, dacă nu vei fi biruit de frică și îndoială pentru că deja te-ai regăsit în ipostaza de victimă instabilă emoțional și cu încredere de sine scăzută. Caută să te definești, să crezi în tine, să-ți formezi valori personale și limite peste care să nu treci nici tu, nici cei din jurul tău, așa cum susține și Eleanor Roosevelt, activistă politică a anilor '70: „Nimeni nu te poate face să te simți inferior fără consimțământul tău.”⁹, făcând referire la respectul față de propria persoană și la capacitatea de a alege.

Într-o lume modernă, biruită de rău și în care egoismul tronează, cea mai bună soluție pentru combaterea bullying-ului o găsim încă de la începuturi: „Nu te lăsa biruit de rău, ci biruiește răul prin bine.”¹⁰, „Tot ce voiți să vă facă vouă oamenii, faceți-le și voi la fel; căci în aceasta sunt cuprinse Legea și Prorocii.”¹¹, din care reiese că bunătatea și iubirea primează dorinței de putere. Aceste versete par să alunge dorința de răzbunare sau plata cu aceeași monedă, încurajând facerea de bine și respectul acordat. Sub aceeași umbrelă se află și Jacob Tremblay, actor canadian, care susține că agresiunea poate fi oprită prin bunătate. Chiar și învățătura populară budistă promovată de Dalai Lama urmează același fir: răutatea atrage răutate, bunătatea atrage bunătate, iubirea atrage iubire.

Un aspect care merită menționat este faptul că bunătatea nu locuiește în sufletul uman fără iubire, iar opusul forței ar fi iubirea, demonstrată prin întrebarea retorică: „De ce să obții ceva cu forța, când poți obține cu iubire?”. Într-un sens mai larg, această idee rezonază cu principiile din filozofie, precum nonviolența și iubirea sacrificială predicate de Gandhi: „Puterea se obține în două feluri. Una este dată de frica de pedeapsă, iar cealaltă de faptele iubirii. Puterea întemeiată pe iubire este de o mie de ori mai eficientă și mai durabilă decât cea care izvorăște din teama de pedeapsă.”¹², din psihologie prin influența pozitivă bazată pe încredere și respect, dar și din tradițiile spirituale unde iubirea e văzută ca forța supremă de transformare:

⁹ <https://citatul.ro>

¹⁰ Biblia, Romani 12:21

¹¹ Ibidem Matei 7:14

¹² *Young India*, 6 august 1925 — *Gandhi Memorial Center*

„Întunericul nu poate alunga întunericul; doar lumina poate face asta. Ura nu poate alunga ura; doar iubirea poate face asta.”¹³.

Pe de altă parte, iubirea și bunătatea sunt forțe împotriva răului produs de bullying, dar ele rămân vulnerabile și insuficiente dacă nu sunt însoțite de curajul pe care-l pomenește Nelson Mandela că este reprezentat de victoria asupra fricii, nu prin lipsa ei.

În orice ipostază te-ai afla, agresor, victimă sau martor, pentru combaterea și diminuarea bullying-ului este nevoie de asumare, de voința și responsabilitatea schimbării: „Dacă crezi că poți, sau crezi că nu poți, ai dreptate în ambele cazuri”¹⁴, potrivit lui Henry Ford, fondator al industriei americane de automobile. Schimbările nu sunt simple și deseori vin însoțite de multă durere, dar calea bună e greu de urmat, iar drumul spre dezvoltarea personală fiind anevoios ne oferă certitudinea că va obține rezultatul dorit. Prin automotivare, acțiune și o atitudine pozitivă și plină de speranță, oamenii își găsesc disciplina de a continua procesul schimbării până la capăt pentru că un om fericit este greu de deranjat.

Concluzionând, putem deduce că diminuarea răspândirii bullying-ului se află în mâinile tale. Vei alege să rămâi indiferent, să stai nepăsător fără să-ți depășești condiția sau vei dori să te implicii activ în luptă, educându-te și înarmându-te cu iubire și alte valori morale, visând la ziua în care vei câștiga?

Bibliografie:

Biblia. (n.d.). *Biblia*.

Espelage, D. L., Pigott, T. D., & Polanin, J. R. (2012). A meta-analysis of school-based bullying prevention programs' effects on bystander intervention behavior. *School Psychology Review*, 41(1), 47–65.

Gandhi, M. (1925). *Young India*. Gandhi Memorial Center.

King, M. L., Jr. (1963). *Strength to love*. National Park Service. <https://www.nps.gov>

Olweus, D. (1993). *Bullying at school: What we know and what we can do*. Blackwell.

Spurgeon, C. H. (2025). *Forța iubirii*. Editura necunoscută.

Ttofi, M. M., & Farrington, D. P. (2011). Effectiveness of school-based programs to reduce bullying: A systematic and meta-analytic review. *Journal of Experimental Criminology*, 7(1), 27–56. <https://doi.org/10.1007/s11292-010-9109-1>

¹³ Martin Luther King Jr. în predica „*Loving Your Enemies*”, 1957, în volumul *Strength to Love**, publicat în 1963 — [nps.gov](https://www.nps.gov)

¹⁴ <https://www.psychologies.ro> 12 nov. 2025

BrainyQuote. (n.d.). *BrainyQuote*. <https://www.brainyquote.com/>

Citatul.ro. (n.d.). *Citatul*. <https://citatul.ro>

Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Botoșani. (n.d.). *CJRAE Botoșani*.
<https://cjrae-botosani.ro>

Psychologies România. (n.d.). *Psychologies*. <https://www.psychologies.ro>

RightWords. (n.d.). *RightWords*. <https://rightwords.ro>

SG Web Digital. (n.d.). *SG Web Digital*. <https://sgwebdigital.com>

U.S. Department of Health & Human Services. (n.d.). *Stop bullying*.
<https://www.stopbullying.gov/>

DEZVOLTAREA UNUI CLIMAT POZITIV ÎN CLASĂ PRIN POVEȘTI. VALENȚE EDUCATIVE ALE OPEREI LUI IOAN SLAVICI

Crăciun Ionuț, profesor
Colegiul Național „Cantemir-Vodă” București

Un climat pozitiv în clasă constituie fundamentul unei educații de calitate, bazate pe respect, încredere și cooperare. Numeroși specialiști în domeniul educației subliniază faptul că performanța școlară nu poate fi separată de atmosfera afectivă și relațională în care se desfășoară procesul de învățare. Clasa nu este doar un spațiu de transmitere a cunoștințelor, ci un mediu în care elevii își exersează empatia, solidaritatea și spiritul critic. Cu toate acestea, realitatea cotidiană ne arată că, în școlile actuale, profesorii se confruntă cu dificultăți în menținerea unei atmosfere de cooperare și de încredere. Elevii se lasă tot mai mult influențați de modele sociale care promovează succesul individual, performanța rapidă și competitivitatea accentuată, ceea ce conduce la diminuarea interesului pentru relațiile interumane și pentru valorile morale. În acest context, poveștile devin un instrument pedagogic deosebit de valoros, capabil să sprijine dezvoltarea unui climat pozitiv și să pună în centrul educației dimensiunea socio-emoțională.¹⁵

Problema profesională pe care o identificăm în mediul școlar actual este legată de dificultatea de a crea o atmosferă bazată pe respect și acceptare reciprocă, în condițiile în care elevii manifestă niveluri diferite de motivație, de autocontrol și de înțelegere emoțională. De multe ori, conflictele între colegi pornesc din incapacitatea de a recunoaște și de a gestiona emoțiile proprii sau din lipsa unor modele de comportament orientate spre dialog și colaborare.¹⁶ Elevii sunt prinși între tentația stimulilor rapizi oferiți de mediul digital și cerințele unei școli care încă valorizează mai ales acumularea de cunoștințe, iar educația emoțională și cea morală rămân pe un plan secund. Această discrepanță se reflectă în climatul clasei, unde, în lipsa unor intervenții coerente, se instalează adesea tensiuni și lipsă de coeziune.

Cauzele acestei situații sunt multiple. În primul rând, programele școlare nu oferă suficient spațiu pentru activități de dezvoltare socio-emoțională, accentul căzând predominant pe transmiterea de informații. În al doilea rând, modelele culturale contemporane promovează

¹⁵ Daniel Goleman, *Inteligența emoțională*, București, Editura Curtea Veche, 2008, p. 27–29.

¹⁶ Daniel Goleman, *Inteligența emoțională*, București, Editura Curtea Veche, 2008, p. 112.

mai degrabă individualismul și succesul rapid, în detrimentul solidarității și al empatiei. În al treilea rând, există o utilizare insuficientă a poveștilor ca mijloc de formare morală și ca pretext pentru reflecție personală. În tradiția românească, poveștile, basmele și literatura clasică au avut întotdeauna rolul de a forma caractere, de a educa prin exemplu și de a oferi repere morale. Redescoperirea acestei funcții a literaturii poate fi o cale de a răspunde nevoilor actuale ale școlii.

Soluția identificată este integrarea poveștilor cu mesaj moral și educativ în activitatea didactică, nu doar ca suport pentru învățarea conținuturilor, ci ca instrument de dezvoltare socio-emoțională. Din această perspectivă, opera lui Ioan Slavici se dovedește extrem de relevantă. Autor clasic al literaturii române, Slavici a surprins cu finețe natura umană, conflictele morale și consecințele deciziilor bazate pe lăcomie, mândrie sau egoism. Textele sale, precum *Moara cu noroc*, *Budulea Taichii* sau *Pădureanca*, pot fi utilizate la nivel gimnazial pentru a provoca reflecții asupra binelui și a răului, asupra alegerilor personale și a impactului acestora asupra celorlalți. În plus, anul comemorativ Ioan Slavici (2025) oferă un cadru simbolic potrivit pentru revalorizarea pedagogică a operei sale.

Implementarea acestei soluții poate fi realizată prin exerciții practice, adaptate nivelului de vârstă al elevilor de gimnaziu. De pildă, lectura unui fragment din *Moara cu noroc* poate fi urmată de un exercițiu de identificare și exprimare a emoțiilor personajelor. Elevii notează ce simte Ghiță în momentele de cumpănă, apoi exprimă acele emoții prin gesturi sau replici scurte.¹⁷ În felul acesta, învață să recunoască și să verbalizeze trăirile umane, pas important în dezvoltarea empatiei.

Un alt exemplu de aplicare practică este „tribunalul personajelor”, pornind de la *Budulea Taichii*. Elevii preiau roluri diferite – avocat, judecător, martor – și discută în cadrul unui proces imaginar dacă Budulea a fost un părinte responsabil. Această metodă stimulează gândirea critică, argumentarea logică și respectul pentru opiniile celorlalți, contribuind la consolidarea unui climat de dialog în clasă.¹⁸

În cazul povestirii *Pădureanca*, elevii pot fi provocați să creeze finaluri alternative, prin care să exploreze modul în care alegerile diferite duc la rezultate diferite. Activitatea se poate desfășura pe grupuri, iar finalurile sunt prezentate sub formă de scenete. În acest fel, elevii

¹⁷ Ioan Slavici, *Moara cu noroc*, București, Editura Minerva, 1980, p. 45–47.

¹⁸ Ioan Slavici, *Budulea Taichii*, București, Editura Minerva, 1980, p. 18–20.

învață nu doar creativitatea narativă, ci și importanța responsabilității personale în construcția relațiilor.¹⁹

Un exercițiu care stimulează colaborarea este povestea colectivă inspirată de Slavici. Pornind de la tema „Cinstea și consecințele ei”, profesorul inițiază o poveste, pe care elevii o continuă fiecare cu o propoziție. Rezultatul este o creație comună, care se compară apoi cu mesajele operei lui Slavici. Această metodă dezvoltă coeziunea grupului și consolidează sentimentul de apartenență la comunitatea clasei.

Nu în ultimul rând, jurnalul personajului este o activitate cu puternice valențe introspective. Elevii scriu din perspectiva unui personaj din *Moara cu noroc* sau *Budulea Taichii*, folosind formule, precum „Astăzi am simțit...”, „Am ales să fac... pentru că...”. Prin acest exercițiu, elevii exersează empatia, înțelegerea motivațiilor altuia și exprimarea în scris a propriilor emoții.

Rezultatele acestor activități se reflectă într-un climat mai pozitiv în clasă: elevii devin mai deschiși, mai cooperanți, mai atenți la nevoile colegilor. Conflictul se reduce, iar discuțiile pe marginea textelor literare devin prilej de autocunoaștere și de dezvoltare personală. Prin intermediul poveștilor, literatura capătă o funcție educativă integrativă, depășind rolul său estetic și contribuind la formarea unor competențe esențiale pentru viață.

Astfel, poveștile lui Ioan Slavici, reinterpretate în context educațional, redevin actuale și utile, oferind elevilor repere morale și instrumente pentru o mai bună relaționare. Ele îmbină tradiția culturală românească cu nevoile actuale ale școlii, demonstrând că literatura clasică poate fi un sprijin real în construirea unui climat pozitiv în clasă. Din această perspectivă, anul comemorativ Ioan Slavici 2025 nu este doar un prilej de evocare a unui clasic, ci și o oportunitate de a valorifica opera sa în educația contemporană.

Bibliografie:

Goleman, D. (2008). *Inteligența emoțională*. Editura Curtea Veche.

Slavici, I. (1980). *Budulea Taichii*. Editura Minerva.

Slavici, I. (1980). *Moara cu noroc*. Editura Minerva.

Slavici, I. (1980). *Pădureanca*. Editura Minerva.

¹⁹ Ioan Slavici, *Pădureanca*, București, Editura Minerva, 1980, p. 33–35.

PROIECT EDUCAȚIONAL „SUSTIN SĂ PREVIN” EDIȚIA A II-A

Popa Delia Margareta, profesor consilier școlar
CJRAE Alba, Colegiul Tehnic „Apulum” Alba Iulia, jud. Alba

Unul dintre riscurile semnificative la care se expun elevii în mediul on-line este cyberbullying-ul: intimidarea sau hărțuirea unei persoane prin intermediul tehnologiilor digitale, cum ar fi internetul, rețelele sociale, mesageria instant sau jocurile online. Acest fenomen este răspândit în rândul elevilor însă sesizarea și intervenția adulților responsabili de siguranța elevilor (părinți, cadre didactice, autorități) este mai dificilă deoarece acest fenomen este uneori puțin vizibil în mediul fizic.

Prin activitățile proiectului „Susțin să previn!” ne-am propus să creștem în rândul elevilor conștientizarea cu privire la formele și consecințele comportamentelor violente în mediul online. Pentru a preveni astfel de comportamente ne propunem derularea de activități de informare, precum și cultural – artistice și de joc pentru a promova responsabilitatea, relațiile pozitive, implicarea și creativitatea.

Partenerii proiectului:

Biroul de Siguranță Școlară IPJ Alba - implementează și desfășoară activități specifice în cadrul programelor, proiectelor, campaniilor de prevenire în domeniul siguranței școlare; organizează și coordonează nemijlocit acțiuni pe raza de competență pentru prevenirea și combaterea criminalității pentru creșterea gradului de siguranță a elevilor și a personalului didactic în incinta și în zonele adiacente unităților de învățământ.

Teatrul de Păpuși „Prichindel” Alba Iulia - instituție de cultură a Consiliului Județean Alba. Activitatea de bază a instituției este montarea și prezentarea spectacolelor pentru copiii din municipiu, județ și țară, atât la sediul teatrului, cât și în spații neconvenționale. Misiunea Teatrului de Păpuși „Prichindel” este aceea de a educa prin artă publicul spectator și de a promova arta spectacolului. Crearea de spectacole de teatru pentru copii, folosind cu predilecție arta animației, dar și alte modalități de expresie teatrală, fac parte din specificul instituției.

Activități realizate:

1. Activitate de informare și conștientizare a elevilor cu privire la consecințele responsabilității individuale în prevenirea violenței susținută de BSS al IPJ Alba la clasele a 9-a D, a 10-a C, a 7-a A, a 6-a A.

2. Ateliere de caligrame: clasele a 3-a A, a 3-a B, a 5-a A.
3. Activitate Jocuri de societate și cultură generală: clasa a 5-a A, clasa a 6-a A.
4. Spectacol de teatru „Muzicanții din Bremen” – Teatru de Păpuși Prichindel: clasele preg. A, a 1-a A, a 1-a B.

Impactul rezultatelor:

În implementarea activităților au fost implicate 17 cadre didactice.

Au participat: 111 elevi de învățământ primar, 69 elevi de învățământ gimnazial, 35 elevi din învățământul profesional.

Activitatea de informare susținută de Biroul de Siguranță Școlară a crescut nivelul de cunoaștere și conștientizare al elevilor participanți cu privire la formele și consecințele comportamentelor violente în mediul online. Reprezentanții instituției au desfășurat activități de informare și conștientizare a elevilor de nivel gimnazial și profesional cu privire la consecințele violenței în mediul școlar (inclusiv în mediul online – cyberbullying) și responsabilitatea individuală în prevenirea acesteia.

Atelierul de caligrame a stimulat creativitatea elevilor și a promovat empatia și relațiile pozitive.

Activitatea cu jocuri de societate a promovat alternative sănătoase de petrecere a timpului liber, a dezvoltat abilitățile sociale și creativitatea elevilor participanți reducând astfel riscul de a se angaja în comportamente violente. Jocurile de societate achiziționate sunt disponibile la Centrul de Documentare și Informare al unității și pot fi utilizate în alte activități cu elevii (în orele de Joc și mișcare, Consiliere și dezvoltare personală)

Prin participarea la spectacolul de teatru „Muzicanții din Bremen” copiii au învățat importanța prieteniei, a curajului, a empatiei și încrederii în forțele proprii. La finalul spectacolului echipa de actori le-a prezentat copiilor păpușile și astfel au avut ocazia să interacționeze cu ele și să descopere cum sunt mânuite.

Lecții învățate

În această ediție s-a observat deschidere și implicare crescută din partea elevilor în activitățile derulate cu partenerii proiectului. Considerăm că pentru reducerea violenței în mediul școlar este esențială implicarea unor entități din comunitate care aduc metode, idei și perspective noi și cresc astfel receptivitatea elevilor la activități.

În proiectele de prevenire a violenței, pe lângă conștientizarea consecințelor acesteia este necesară propunerea unor activități educative creative, a unor alternative adaptative de

petrecere a timpului, de relaționare, aspect pe care l-am vizat prin spectacolul de teatru, tehnica caligramei, jocurile de societate și cultură generală.

Pe lângă atingerea obiectivelor specifice prevenirii violenței, în acest proiect s-au dezvoltat abilități de relaționare, coordonare și muncă în echipă, s-au creat legături în rândul cadrelor didactice, elevilor și partenerilor. Ne propunem să consolidăm și să valorificăm aceste rezultate prin colaborări viitoare cu partenerii noștri.

Proiectul educațional „Susțin să previn” Ediția a II-a s-a derulat în anul școlar 2024 – 2025 și a fost finanțat în cadrul *Programului de prevenire a violenței și infracțiunilor în mediul școlar* „ÎMPREUNĂ PRINDEM CURAJ”.

EDUCAȚIA EMPATIEI – O LECȚIE EUROPEANĂ ÎNVĂȚATĂ LA DUBLIN

Stanciu Daniela, profesor
Ifrim Anca-Alexandra, profesor
Școala Gimnazială „George Voevidca”, Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava

Într-o lume educațională tot mai complexă, unde provocările emoționale și sociale ale elevilor cer răspunsuri adaptate și sensibile, participarea la cursul Erasmus ”Conflict Management, Emotional Intelligence and Bullying Prevention” organizat la Dublin, Irlanda, a reprezentat pentru noi o veritabilă experiență de creștere profesională și umană.

Cursul, facilitat de Teacher Academy, o instituție europeană recunoscută pentru metodele sale inovatoare în formarea profesorilor, s-a desfășurat în perioada 28 aprilie – 3 mai 2025 și a reunit cadre didactice din Franța, Italia, Cipru, Bulgaria și Spania, într-un cadru deschis, dinamic și intercultural.

Obiectivele cursului – conștientizare, comunicare și empatie

Programul a avut ca obiectiv principal dezvoltarea abilităților de gestionare a conflictelor și de cultivare a inteligenței emoționale, ambele esențiale pentru prevenirea fenomenului de bullying. Printre scopurile sale s-au numărat:

- creșterea conștientizării propriilor reacții emoționale și a impactului acestora asupra relațiilor cu elevii și colegii;
- dezvoltarea abilităților de comunicare eficientă și ascultare activă, mai ales în contexte tensionate;
- învățarea și aplicarea tehnicilor de mediere și a strategiilor de rezolvare pașnică a conflictelor;
- promovarea diversității, incluziunii și respectului reciproc în mediul școlar.

Ceea ce a făcut diferența a fost caracterul profund practic și reflexiv al cursului. Fiecare zi a adus activități interactive – de la jocuri de rol și simulări, până la analize de caz și exerciții de autoevaluare. Acestea ne-au provocat să ieșim din zona de confort, să privim conflictele din unghiuri diferite și să identificăm soluții creative și empatice.

Învățare prin experiență – conflictul ca oportunitate de creștere

Încă din prima zi, am descoperit valoarea inestimabilă a dialogului intercultural. Diversitatea de perspective a transformat fiecare activitate într-un exercițiu de învățare

autentică. Discuțiile deschise ne-au arătat că, indiferent de țară, provocările sunt asemănătoare: elevi care se confruntă cu anxietate, lipsă de încredere în sine, nevoia de apartenență și de recunoaștere.

Am învățat să privim conflictul nu ca pe o amenințare, ci ca pe o ocazie de învățare și dezvoltare. În loc să ne temem de el, am fost încurajate să-l explorăm: ce îl provoacă, cum poate fi abordat, ce mesaj ascuns transmite despre nevoile emoționale ale elevilor. Acest proces ne-a ajutat să înțelegem mai bine importanța gestionării emoțiilor și a empatiei în menținerea echilibrului clasei.

Inteligența emoțională – piatra de temelie a relațiilor sănătoase

Unul dintre cele mai valoroase aspecte ale cursului a fost accentul pus pe dezvoltarea inteligenței emoționale, atât la profesori, cât și la elevi. Prin exerciții de conștientizare, mediere și ascultare activă, am redescoperit puterea empatiei și importanța reglării emoțiilor.

Într-un mediu educațional unde presiunea și stresul sunt tot mai prezente, a ști să te oprești, să respiri, să asculți și să înțelegi devine o competență vitală. Profesorul de astăzi nu mai este doar un furnizor de informații, ci un model de comportament emoțional echilibrat. Elevii învață din felul în care reacționăm la tensiuni, din modul în care transformăm o greșală într-o lecție și din atitudinea noastră față de diversitate.

Întoarse în țară, am simțit nevoia să ducem mai departe ceea ce am învățat, transformând ideile în acțiuni concrete. La Școala Gimnazială „George Voevidca” din Câmpulung Moldovenesc, am început să implementăm activități inspirate din curs, axându-ne pe dezvoltarea inteligenței emoționale și a competențelor sociale ale elevilor. Concret, acestea includ:

- ateliere de recunoaștere și exprimare a emoțiilor, în care elevii învață să pună în cuvinte ceea ce simt;
- jocuri de rol și scenarii pentru exersarea rezolvării pașnice a conflictelor;
- activități de mediere între colegi, menite să dezvolte responsabilitatea, ascultarea activă și empatia;
- discuții reflexive în care elevii analizează situații de bullying și identifică soluții constructive.

Am observat rapid rezultate vizibile: elevii au devenit mai deschiși, mai cooperanți, mai atenți la nevoile celorlalți. Atmosfera din clasă s-a transformat, în locul tensiunilor apărând dialogul, înțelegerea și spiritul de echipă.

Rezultatele formării – dincolo de competențe

Dincolo de instrumentele practice, cursul de la Dublin ne-a oferit un nou mod de a privi educația. Am dobândit o perspectivă mult mai bine definită pentru soluționarea crizelor școlare, integrând practici bazate pe stăpânire de sine și înțelegere empatică, dublate de strategii de comunicare adaptabile oricărui cadru de interacțiune. Dincolo de aceste achiziții orientate spre exterior, programul a subliniat importanța vitală a reflexiei personale – un pilon esențial pentru sănătatea emoțională a cadrului didactic – consolidându-ne totodată convingerea în valoarea colaborării și a sprijinului reciproc între colegi. De asemenea, am înțeles că prevenirea bullying-ului nu se poate realiza doar prin reguli, ci prin cultivarea unei culturi a respectului și acceptării. Aceasta începe cu profesorul și se transmite elevilor prin fiecare gest, cuvânt și reacție.

De ce sunt importante aceste formări europene

Formările Erasmus sunt o investiție reală în viitorul educației. Ele oferă profesorilor contextul ideal pentru învățare continuă, schimb de bune practici și deschidere către inovație. Într-un peisaj educațional aflat mereu în schimbare, aceste experiențe creează punți între oameni, școli și culturi, inspirând soluții care funcționează în orice sistem.

Pentru noi, Dublinul a fost mai mult decât o destinație de formare – a fost o lecție de viață, de umanitate și de speranță. Am revenit acasă cu un bagaj de idei, dar și cu convingerea că empatia este fundamentul unei educații autentice.

Concluzie

Experiența de la Dublin ne-a confirmat că, înainte de toate, educația este o călătorie a inimii. Dincolo de planuri de lecție și de programa școlară, a învăța să gestionăm conflictele cu răbdare și empatie înseamnă a construi o societate în care fiecare copil se simte văzut, respectat și sprijinit. Este temelia unei culturi școlare bazate pe încredere reciprocă.

Ne dorim ca tot mai mulți profesori să aibă șansa de a trăi o astfel de experiență Erasmus, pentru că formarea internațională nu doar perfecționează competențe metodice, ci în primul rând regenerează vocația. Aceste oportunități deschid minți, largesc orizonturi și ne conectează cu cele mai bune practici europene. Ea ne reamintește de ce am ales să fim profesori: pentru a învăța continuu, pentru a inspira și pentru a avea grijă de oameni. Aceasta este moștenirea pe care dorim să o lăsăm.

SECȚIUNEA II. METODE CREATIVE PENTRU DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ

EDUCAȚIA PRIN TEATRU CA ABORDARE CREATIVĂ A ÎNVĂȚĂRII SOCIO-EMOȚIONALE

Ceru Diana - Bianca

Profesor Școala Gimnazială Ciurea, jud. Iași

În educația actuală, competențele socio-emoționale se ridică asemenea unor axe de echilibru fără de care parcursul școlar și interpersonal al copiilor rămâne fragil. Învățarea despre sine și despre ceilalți se transformă într-un proces cognitiv, artistic, corporal și relațional. În această lumină, am explorat potențialul mediilor creative, în special al teatrului, de a sprijini dezvoltarea socio-emoțională a copiilor și adolescenților.

Definiția elaborată de *Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning* surprinde această perspectivă largă afirmând că SEL este „procesul prin care tinerii și adulții își formează și aplică cunoștințele, abilitățile și atitudinile necesare pentru identități sănătoase, gestionarea emoțiilor, atingerea obiectivelor, empatie, relații de susținere și decizii responsabile”²⁰; altfel spus, SEL este o hartă a interiorității umane aflate în expansiune.

Studiile anterioare au subliniat că teatrul deschide coridoare neașteptate către empatie, expresivitate și autoreglare. Cum poate creația scenică să devină atelierul în care emoțiile sunt modelate la fel de firesc precum decorurile?

Abordarea clasică a lui Coryn et al. (2009) a propus trei coloane esențiale pentru înțelegerea SEL: autoreglarea, relațiile între egali și articularea sarcinilor. Aceste dimensiuni oferă o arhitectură clară, dar spațiul dintre linii este cel care prinde viață în contexte creative.

Într-un cadru dramatic, autoreglarea depășește limitele abstractului și se negociază prin respirație, ritm și emoție. Un personaj neliniștit cere un actor centrat; un conflict scenic cere colaborare; o replică dificilă cere perseverență și flexibilitate.

Importanța expresivității nu este o simplă intuiție artistică. Goldstein et al. remarcă faptul că „utilizarea frecventă a suprimării expresive poate afecta sănătatea emoțională pe

²⁰ CASEL, 2024, p. 1

termen lung”²¹. Teatrul eliberează tocmai această presiune printr-o structură sigură de exteriorizare. În adolescență, perioadă în care, după cum se știe, tinerii își rafinează „abilitățile de autoreglare și discernământul dintre efort și abilitate”²², intervențiile creative pot deveni ancore de stabilitate și în același timp aripi de explorare.

Dramaturgia educațională nu se mulțumește cu joc de rol; ea deschide ferestre spre explorarea sinelui. Alfonso-Benlliure și colaboratorii notează că realismul emoțional experimentat în jocul teatral îi ajută pe adolescenți să „abordeze provocările vieții” cu resurse mai bogate ²³. În observațiile culese de la participanți, expresivitatea se dezvăluie ca un mușchi care se întărește prin exercițiu: „am învățat cum să-mi schimb vocea și corpul [...] să proiectez vocea și să par energic chiar și când nu mă simt în formă”²⁴. Efortul artistic devine, astfel, o tehnică de reglare emoțională.

Încrederea nu apare ca o consecință secundară, ci ca un pilon emergent. Așa cum arta își face loc între faldurile emoțiilor, tot astfel încrederea se strecoară printre temeri. O participantă mărturisește: „am fost acceptată ca actriță [...] și asta mi-a dat încredere”²⁵.

Afirmația rezonază cu observațiile lui Moorefield-Lang, care arată că studiile artistice generează „creșterea încrederii și autopercepției”²⁶.

Spațiul teatral are un talent aparte de a transforma grupul în comunitate. Întâlnirea dintre copii devine rapid o mini-rețea de sprijin: „m-am bucurat să mă întorc când am aflat că sunt prietenii mei acolo”²⁷. Repetițiile, costumele, replicile devin pretexte pentru a învăța cooperarea, întrajutorarea și asumarea vulnerabilității. Aici, relațiile interpersonale trec din sfera contextului în cea a conținutului formativ.

Improvizația îmbină spontaneitatea cu atenția la ceilalți. Participanții au observat că „jocurile ajută la îmbunătățirea abilităților actricești”²⁸, fapt care, în plan socio-emoțional, înseamnă gestionarea surprizei, adaptarea la ritmul grupului și acceptarea propriilor greșeli ca mijloace de învățare.

Un personaj este un teritoriu în care copilul poate explora emoții fără riscul de a fi judecat. Construcția identității fictive devine un instrument de rafinare a propriei identități.

²¹ Goldstein et al, 2013, p. 191

²² Muenks & Miele; Pas et al., în Virtue et al., 2025, p. 2

²³ Alfonso-Benlliure et al., 2021, p. 3

²⁴ Alfonso-Benlliure et al., p. 5

²⁵ Alfonso-Benlliure et al., p. 5

²⁶ Moorefield-Lang, 2010, p. 1

²⁷ Moorefield-Lang, p. 5

²⁸ Moorefield-Lang, p. 5

Empatia apare natural, fără a fi predată didactic. Aceste sarcini par „simple”, dar în realitate cer negociere, planificare și acceptarea diferențelor. Copiii povestesc despre „lucrul la costume și la replici împreună”²⁹ care devine pretext pentru deprinderi sociale și pentru articularea sarcinilor.

Repetiția scenică este o metaforă a efortului. Un participant explică: „e mai bine să repetăm de la început [...] pentru că ne dă mai multă practică”³⁰. În această propoziție se ascunde întreaga pedagogie a perseverenței și a reglării emoționale în fața frustrării.

În urma activităților, autoreglarea a fost domeniul în care transformările au devenit cel mai vizibile, confirmând ipoteza că teatrul funcționează ca spațiu de reglare emoțională intensă. Deși progresul în articularea sarcinilor și în relațiile de grup nu a fost uniform, mărturiile copiilor indică o evoluție constantă, vizibilă în comportamente, nu doar în răspunsuri.

Experiența confirmă observația conform căreia „învățarea socio-emoțională nu trebuie să aibă loc numai în contexte formale”³¹. Atelierele, taberele, grupurile creative sunt soluri fertile în care aceste competențe încolțesc firesc.

Metodele creative, în special cele teatrale, aduc o contribuție semnificativă la dezvoltarea socio-emoțională. Ele nu funcționează prin presiune sau instrucție directă, ci prin invitarea copilului într-o lume în care emoțiile se pot plimba liber, relațiile se pot construi organic, iar efortul capătă textură artistică.

Teatrul devine, astfel, o școală a interiorității, o scenă în care copiii își antrenează vocea, corpul, empatia și curajul. SEL se conturează aici nu ca obiect de studiu, ci ca experiență trăită, iar rezultatele confirmă că o astfel de educație – vie, participativă, afectivă – poate modela un parcurs emoțional sănătos și armonios.

Bibliografie:

Alfonso-Benlliure, V., Motos Teruel, T. & Lee Fields, D. (2021) ‘Creativity, intelligence, and emotional development in dramatic arts education’, *Thinking Skills and Creativity*, 39, 100788.

Bilac, S., Oztop, F. & Kutuk, Y. (2024) ‘Examination of empathy and creative thinking skills in adolescents’, *International Journal of Education and Cognitive Sciences*, 5(2), pp. 23–30.

²⁹ Moorefield-Lang, p. 5

³⁰ Moorefield-Lang, p. 5

³¹ Virtue et al., 2025, p. 11

- CASEL (2024) *Fundamentals of Social and Emotional Learning*. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning.
- Coryn, C. L. S., Spybrook, J. K., Evergreen, S. D. H. & Blinkiewicz, M. (2009) 'Development of a theory-driven evaluation model of social-emotional learning', *Journal of School Health*, 79(4), pp. 179–185.
- Goldstein, T. R., Wu, K. & Winner, E. (2013) 'Emotional suppression and its influence on psychological wellbeing', *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 7(2), pp. 191–195.
- Moorefield-Lang, H. (2010) 'Art education and self-confidence in youth', *Journal of Art Education*, 63(4), pp. 1–7.
- Pas, E. T., Muenks, K. & Miele, D. (2021) 'Self-regulation and academic outcomes in adolescence', *Adolescent Research Review*, 6(2), pp. 150–165.
- Virtue, E., Mann, L. & Diener, H. (2025) 'Social-emotional learning in a week-long theatre camp for youth', *Current Issues in Middle Level Education*, 26(1), pp. 1–15.

METODA FRISCO - METODĂ CREATIVĂ PENTRU DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ A ELEVILOR

Cîrcotă Roxana, profesor

Liceul Tehnologic General de Marină Nicolae Dumitrescu Maican, Galați, jud. Galați

Dezvoltarea socio-emoțională reprezintă procesul prin care elevii își formează abilități pentru a înțelege și gestiona emoțiile, a stabili relații pozitive, a lua decizii responsabile și a face față provocărilor vieții. Ea contribuie direct la formarea caracterului, empatiei și a stimei de sine.

O metodă creativă pentru dezvoltarea socio-emoțională a elevilor este metoda FRISCO deoarece stimulează reflecția, empatia, cooperarea și luarea de decizii responsabile.

Metoda FRISCO este o strategie de învățare activ-participativă care dezvoltă gândirea critică și creativitatea, dar și competențele socio-emoționale ale elevilor (empatie, autoreglare emoțională, colaborare, responsabilitate). Această metodă îi ajută pe elevi să analizeze situații reale de viață, să găsească soluții constructive și să reflecteze asupra propriilor comportamente. Prin aplicarea ei, elevii învață să gândească, să simtă și să acționeze conștient, construind relații bazate pe empatie și respect.

Profesorul are rolul de facilitator, model emoțional și sprijin pentru dezvoltarea personală a elevilor. El trebuie să creeze un mediu sigur, bazat pe încredere și respect, în care fiecare elev se simte acceptat și valorizat.

Metoda Frisco este o metodă ce seamănă cu metoda “pălăriilor gânditoare”, deoarece presupune interpretarea unor roluri de către elevi, dar fiind mai puține, patru, și anume: conservatorul, exuberantul, pesimistul, optimistul.

Profesorul trebuie să le explice elevilor trăsăturile atribuite fiecărui rol³²:

- Conservatorul apreciază mai mult soluțiile vechi, încurajând păstrarea acestora.
- Exuberantul asigură o atmosferă creativă, propunând idei originale, inedite.
- Pesimistul vede lucrurile în negru, criticând ideile celorlalți, dar și sugestiile de ameliorare.
- Optimistul încurajează grupul să privească totul într-o perspectivă posibilă, realizabilă, găsind soluții realiste, stimulând participanții să gândească pozitiv.

³² Ilie Emanuela “Didactica literaturii române”, Editura Polirom, Iași, 2008, p. 186

„Această metodă are la bază interpretarea din partea participanților a unui rol specific, care să acopere o anumită dimensiune a personalității, abordând o problemă din mai multe perspective. Astfel membrii grupului vor trebui să joace, fiecare, pe rând cele patru roluri enumerate mai sus.”³³

Etapele metodei FRISCO³⁴ :

| Etapă | Denumire | Activitatea elevilor | Exemple de activități |
|-------------------------|---------------------------------|--|--|
| F – Fapte | Observarea situației | Elevii descriu faptele, comportamentele, contextul unei situații (fără a judeca) | Discuții, joc de rol, analiză de caz |
| R – Rădăcini | Identificarea cauzelor | Se caută cauzele emoționale și sociale ale comportamentelor | Ce a simțit persoana? De ce a reacționat așa? |
| I – Idei | Generarea de soluții | Elevii propun alternative pozitive de comportament sau comunicare | Brainstorming, desen, colaj |
| S – Selectare | Alegerea celei mai bune soluții | Se discută care soluție este cea mai empatică, realistă și utilă | Dezbateri, argumentare în grup |
| C – Concretizare | Aplicarea soluției | Elevii joacă roluri sau aplică în practică soluția aleasă | Joc de rol, exercițiu de comunicare |
| O – Organizare | Reflecție și monitorizare | Elevii discută ce au învățat și cum pot folosi în viața reală | Jurnal reflexiv, feedback în grup |

³³ Oprea Crenguța, ”Strategii didactice interactive”, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007, p. 215

³⁴ Cristea, Sorin (coord.), ”Curriculum pedagogic I.”, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2006, p. 189

Profesorul realizează evaluarea pe baza răspunsurilor la chestionar, a ideilor exprimate de participanți, a concluziilor activității.

Metoda Frisco se numără printre metodele interactive de rezolvare a problemelor în mod creativ, prezentând ca avantaj caracterul său atractiv. Prin intermediul său, elevii interacționează, comunică, învață, devin participanți activi ai formării, dezvoltă judecăți de valoare.

Prezint în continuare un exemplu de utilizare a metodei Frisco, metodă complexă și atractivă, folosită în cadrul orelor marketing, la liceu. Utilizarea ei se bucură de aprecierea elevilor, care percep asumarea de roluri ca pe o joacă, dar, în același timp, lucrează cu noțiunile teoretice studiate și învață să le pună în practică. Folosirea acestei metode presupune derularea activității pe parcursul unei ore întregi, un timp câștigat prin învățarea ca joc.

Aplicarea metodei FRISCO – Lecție de marketing, clasa a XI-a

Titlul lecției: Comportamentul consumatorului

Competențe vizate:

- Analizarea comportamentului consumatorului pe piață;
- Identificarea nevoilor și motivațiilor clientului;
- Formarea atitudinii etice și responsabile în relația cu consumatorul;
- Dezvoltarea gândirii critice și a empatiei față de client.

Studiu de caz: Un client nemulțumit postează pe rețelele sociale o recenzie negativă despre magazinul firmei online de exercițiu al clasei, care a întârziat livrarea produsului comandat. Managerul de marketing trebuie să decidă cum reacționează firma la această situație.

Aplicarea metodei FRISCO

Împărțirea clasei în grupe de câte 4 elevi, fiecare grupă având un elev conservator, exuberant, pesimist și optimist.

| Etapa | Activitatea elevilor | Competențe dezvoltate |
|-----------------------------|--|---|
| F – Fapte | Elevii identifică și descriu obiectiv ce s-a întâmplat: clientul a comandat, produsul a întârziat, a apărut o recenzie negativă. | Dezvoltarea capacității de a observa faptele fără a judeca. |
| R – Rădăcini (cauze) | Se discută cauzele: – probleme logistice; – lipsa comunicării; – așteptări nerealiste ale clientului; – greșeală de proces intern. | Dezvoltarea gândirii cauzale și a înțelegerii contextului. |

| | | |
|-------------------------|---|--|
| I – Idei | Elevii propun soluții: – contactarea clientului și oferirea unei scuze; – reducere la următoarea comandă; – îmbunătățirea procesului de comunicare; – răspuns public elegant la recenzie. | Stimularea creativității și a gândirii orientate spre soluții. |
| S – Selectare | Clasa analizează soluțiile și alege cea mai potrivită: răspuns empatic, plus o compensație simbolică. | Dezvoltarea spiritului critic și a deciziilor argumentate. |
| C – Concretizare | Elevii formulează mesajul oficial de răspuns al firmei, într-un limbaj de marketing adecvat și empatic. | Exersarea comunicării profesionale și persuasive. |
| O – Organizare | Elevii reflectează: „Ce am învățat din această situație?” „Cum ne ajută empatia în marketing?” | Consolidarea învățării și transferul în contexte reale. |

La sfârșitul lecției

- Elevii înțeleg importanța relației etice și responsabile cu clientul;
- Dobândesc abilități de comunicare empatică și soluționare a reclamațiilor;
- Își dezvoltă gândirea critică și spiritul de echipă;
- Conștientizează rolul reputației în marketingul modern.

Principalele competențe socio-emoționale dezvoltate prin metoda FRISCO sunt: **conștientizarea emoțiilor proprii și ale altora, empatia și respectul față de diversitate, luarea deciziilor responsabile, comunicare asertivă și colaborare, creează un climat pozitiv în clasă, favorizează reflecția personală și colectivă.**

La fel ca oricare altă metodă, și aceasta are anumite limite, cum ar fi: tratarea superficială a temei, unii elevi se impun în fața celorlalți, alți elevi se tem să-și expună părerile, neîncadrarea în limita de timp³⁵.

³⁵ Crăciun, Corneliu, ”Metodica predării limbii și literaturii române în gimnaziu și liceu”, Editura Emia, 2004.

Bibliografie:

Crăciun, C. (2004). *Metodica predării limbii și literaturii române în gimnaziu și liceu*. Editura Emia.

Cristea, S. (Coord.). (2006). *Curriculum pedagogic I*. Editura Didactică și Pedagogică.

Ilie, E. (2008). *Didactica literaturii române*. Editura Polirom.

Oprea, C. (2007). *Strategii didactice interactive*. Editura Didactică și Pedagogică.

PORTRETE COLECTIVE

Gruian Anamaria, profesor învățământ primar

Creța Ioana, profesor învățământ primar

Colegiul Tehnic „Apulum” Alba Iulia, jud. Alba

Activitățile de dezvoltare personală din clasele primare urmăresc formarea treptată a unor competențe esențiale pentru adaptarea elevilor la mediul școlar și social³⁶. În această etapă de vârstă, copiii își construiesc identitatea, învață să își recunoască și exprime emoțiile, își dezvoltă autonomia, abilitatea de a colabora și de a comunica eficient cu ceilalți³⁷. Dezvoltarea personală este despre cum ajung copiii să înțeleagă cine sunt și ce fac, despre regulile sociale, înțelegerea propriilor emoții dar și a emoțiilor celorlalți³⁸.

Pe măsură ce copiii își dezvoltă conștiința de sine, încep să observe că acțiunile lor au consecințe în lumea exterioară. Această abilitate de a relaționa activ cu realitatea înconjurătoare este un aspect esențial al învățării³⁹.

În continuare propunem o activitate realizată în cadrul orei de dezvoltare personală cu scopul de a optimiza conștiința de sine a elevilor, relațiile dintre ei și sentimentul de empatie. „**Portrete colective**” este o activitate creativă și ludică, destinată dezvoltării abilităților socio-emoționale, a colaborării și a imaginației. Elevii creează un portret personal, pe care îl transformă apoi într-o lucrare colectivă, surprinzătoare prin contribuțiile grafice ale colegilor.

Etapele activității

1. Realizarea portretului inițial

Fiecare elev primește o foaie și își pregătește instrumente de desen la alegere (creioane colorate, carioci, creioane cerate). Sarcina este de a-și realiza **propriul portret**, într-un mod liber și jucăuș: realist, caricatural sau stilizat. Accentul cade pe expresivitate, nu pe talentul artistic.

2. Schimbul desenelor între participanți

După finalizarea primului portret, lucrările sunt **schimbate** între participanți. Se poate stabili un sens (în dreapta, în stânga) sau se poate face o rotire liberă. Fiecare desen ajunge la

³⁶ Programă școlară pentru disciplina *Dezvoltare personală*, clasele I–II (Ministerul Educației, 2013/2017)

³⁷ Vrășmaș, 2017

³⁸ Bărbulescu, Ciocâlțu, Gunea, Radu, 2017

³⁹ Idem

o altă persoană, fără ca proprietarul să știe cine îl va modifica.

3. Intervenția creativă pe lucrarea altcuiva

Fiecare participant **adaugă un element** desenului primit. Acesta poate fi un accesoriu, o accentuare a unor trăsături, un detaliu neașteptat, un element de decor, etc.

4. Rotirea continuă

Activitatea continuă cu **mai multe rotiri**, astfel încât fiecare lucrare să fie îmbogățită de mai multe persoane înainte de a reveni la proprietar. Rezultatul devine astfel un colaj grafic colectiv, unde fiecare intervenție contribuie la rezultatul final.

5. Întoarcerea lucrării la proprietar

La final, portretele se întorc la autorii inițiali. Copiii descoperă cum a evoluat lucrarea lor și ce au adăugat colegii. Acest moment este intens din punct de vedere emoțional și este o ocazie de a invita elevii să observe propriile reacții față de intervențiile colegilor.

Valențe educative și socio-emoționale⁴⁰:

- *acceptarea contribuțiilor celorlalți și flexibilitate* în raport cu propria creație,
- *cooperare și lucru în echipă*: fiecare desen devine un proiect comun,
- *dezvoltarea imaginației*, prin reinterpretarea creativă a portretelor,
- *încredere în sine*, prin expunerea lucrării personale,
- *empatie și respect*, prin încurajarea implicării pozitive în lucrările colegilor și a acceptării intervențiilor acestora



Clasa a I-a B, Colegiul Tehnic „Apulum” Alba Iulia

⁴⁰ <https://www.weareteachers.com/collaborative-art/>

Atmosferă și dinamica grupului

Comportamentele și reacțiile emoționale ale elevilor din timpul activității pot fi folosite pentru a explica dinamica relațiilor dintre ei: ce le oferim celorlalți, cum primim ceea ce alții au de oferit pentru noi, mai ales dacă așteptările nu ne sunt îndeplinite.

Activitatea este de obicei însoțită de amuzament și curiozitate. Este relaxantă, stimulează conexiunile dintre participanți și creează un spațiu prietenos pentru exprimarea liberă a ideilor și de normalizare a emoțiilor resimțite în relațiile cu ceilalți.



Clasa a II-a B, Colegiul Tehnic "Apulum" Alba Iulia

Bibliografie

Bărbulescu, G., Ciocâlteu, A., Gunea, C., & Radu, M. (2017). *Dezvoltare personală, o altfel de disciplină. Ghid pentru profesori și consilieri școlari*. Editura Litera.

Ministerul Educației. (2017). *Programă școlară pentru disciplina Dezvoltare personală, clasele I-II*.

Vrășmaș, T. (Coord.). (2017). *Educație incluzivă și dezvoltare socio-emoțională*. Editura Universității din București.

TeamOut. (n.d.). *Art team building activities*. <https://www.teamout.com/blog-post/art-team-building-activities>

WeAreTeachers. (n.d.). *Collaborative art activities for the classroom*. <https://www.weareteachers.com/collaborative-art/>

LABORATORUL PEDAGOGIC AL SCENEI. EDUCAȚIA MUZICALĂ CA VECTOR AL DEZVOLTĂRII HOLISTICE ȘI AL COMPETENȚELOR SECOLULUI XXI

Gurgu Alexandra Georgiana, profesor
Liceul de Arte „Hariclea Darclee” Brăila, jud. Brăila

Într-un context social caracterizat de mobilitate accelerată, diversitate culturală și digitalizare intensă, educația contemporană se află în fața unei provocări majore: redefinirea propriilor finalități și restructurarea proceselor de predare-învățare astfel încât să dezvolte competențe autentice pentru secolul XXI. În vreme ce sistemele tradiționale rămân puternic centrate pe transmiterea de informații, societatea solicită tot mai insistent profiluri umane flexibile, creative, colaborative și capabile să navigheze situații complexe. În acest cadru, educația artistică și în mod particular cea muzicală, deschide orizonturi creative esențiale pentru dezvoltarea holistică a elevului, devenind un spațiu privilegiat pentru interconectarea competențelor cognitive, emoționale și sociale.

Educația muzicală nu se reduce la dobândirea unor tehnici instrumentale sau la însușirea unui repertoriu, ci presupune un proces complex de formare, în care elevul este provocat să-și descopere resursele interioare, să-și gestioneze emoțiile, să colaboreze, să interpreteze, să creeze și să reflecteze asupra propriilor performanțe. În această perspectivă, pregătirea pentru scenă devine un laborator pedagogic autentic, cu puternice valențe transformatoare. Fie că este vorba despre o audiție, un recital sau un concert, apariția publică solicită un ansamblu de competențe psihologice și artistice — atenție, concentrare, autocontrol, stăpânire emoțională, perseverență și adaptabilitate — transformând actul muzical într-o experiență profund educativă.

Tot mai mulți teoreticieni ai educației argumentează că dezvoltarea creativității trebuie să devină o finalitate centrală a școlii. Ken Robinson⁴¹ avertizează că sistemele rigide inhibă gândirea divergentă și reduc potențialul expresiv al elevilor, pledând pentru pedagogii care stimulează explorarea și inovația. Howard Gardner⁴², prin teoria inteligențelor multiple, afirmă că inteligența muzicală nu este doar o aptitudine artistică, ci și un vector al dezvoltării cognitive

⁴¹ Robinson, Ken, *Out of Our Minds: Learning to Be Creative*, Capstone, 2011

⁴² Gardner, Howard, *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*, Basic Books, 1993

și emoționale. Educația muzicală permite, astfel, activarea simultană a inteligenței muzicale, intrapersonale, interpersonale și kinestezice, configurând un parcurs formativ cu puternic impact integrator.

Din perspectiva neuroștiințelor, muzica reprezintă unul dintre cele mai complexe stimuli pentru creierul uman. Studiile lui Stefan Koelsch (2014) arată că interpretarea muzicală activează zone corticale implicate în atenție, coordonare motorie, memorie procedurală, procesare auditivă și reglare emoțională. Această activare multisenzorială justifică impactul educației muzicale asupra dezvoltării cognitive globale, dar explică și dificultățile emoționale asociate performanței publice, precum anxietatea de scenă, un fenomen prezent atât la elevii începători, cât și la muzicienii avansați.

Anxietatea de scenă, tratată în profunzime de Kenny⁴³ și Ramjattan⁴⁴, este un exemplu elocvent al modului în care dimensiunea psihologică influențează performanța artistică. Aceasta nu trebuie abordată exclusiv ca o dificultate individuală, ci ca un element educațional complex, ce necesită sprijin pedagogic, intervenție psihologică și strategii de dezvoltare personală. Intervențiile moderne — meditația conștientă, terapia cognitiv-comportamentală, tehnicile din psihologia sportivă sau Tehnica Alexander — demonstrează că gestionarea emoțiilor devine un proces de învățare în sine, parte integrantă din formarea artistică.

În această direcție, teoria „fluxului” dezvoltată de Mihaly Csikszentmihalyi⁴⁵ oferă un cadru explicativ relevant. Starea de flux — acel moment de implicare totală, în care acțiunea devine naturală și intens satisfăcătoare — apare atunci când individul se află într-un echilibru optim între provocare și competență. Profesorul are un rol decisiv în crearea contextelor propice pentru această stare: alegerea unui repertoriu adecvat, stabilirea unor obiective progresive, crearea unui climat emoțional sigur și promovarea unei mentalități orientate spre progres („growth mindset”, Dweck⁴⁶).

Relația profesor–elev devine, astfel, un spațiu de construcție reciprocă a performanței artistice. În spiritul pedagogiei sociale descrise de Lev Vygotsky⁴⁷, învățarea se realizează optim în „zona proximei dezvoltări”, prin sprijinul oferit de o persoană mai experimentată. Profesorul de muzică devine un partener de învățare, un mentor și un facilitator al dezvoltării,

⁴³ Kenny, Diana Theadora, *Music Performance Anxiety: Origins, Phenomenology, Assessment and Treatment*, Ashgate, 2011

⁴⁴ Ramjattan, Daniel, *Music Performance Anxiety on the Classical Guitar*, University of Toronto, 2022

⁴⁵ Csikszentmihalyi, Mihaly, *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*, HarperCollins, 1996

⁴⁶ Dweck, Carol, *Mindset: The New Psychology of Success*, Random House, 2006

⁴⁷ Vygotsky, Lev, *Mind in Society*, Harvard University Press, 1978

capabil să identifice ritmul elevului, să anticipeze dificultățile și să ofere resurse emoționale pentru depășirea acestora. Această colaborare creează sinergia profesională necesară creșterii artistice și personale.

Pe lângă dimensiunea psihologică, educația muzicală se înscrie în mod natural în paradigma interdisciplinară a educației contemporane. Cercetările Patriciei Shehan Campbell⁴⁸ și ale lui David Hargreaves⁴⁹ arată că muzica devine mai semnificativă atunci când este conectată cu mișcarea, narativul, artele vizuale, tehnologia digitală sau contextul socio-cultural. Utilizarea aplicațiilor de compoziție, integrarea tehnologiei inteligente și accesul la resurse digitale extind orizonturile creativității și permit elevilor să exploreze noi forme de expresie.

În procesul pregătirii scenice, profesorul are un rol definitoriu nu doar ca formator tehnic, ci și ca model emoțional. John Dewey⁵⁰ subliniază importanța experienței directe în educație și consideră că reflecția asupra experienței este cea care generează învățare durabilă. Reprezentațiile publice sunt, în această perspectivă, momente privilegiate de învățare, în care elevul experimentează realitatea performanței într-un cadru autentic. Atitudinea profesorului înaintea apariției publice — calmul, încurajarea, evitarea criticilor, selecția adecvată a repertoriului, susținerea echilibrului emoțional — contribuie decisiv la succesul artistic și la dezvoltarea încrederii în sine.

Toate aceste perspective converg spre ideea că educația muzicală reprezintă un teren ideal pentru cultivarea creativității și susținerea dezvoltării integratoare. Sinergia profesională dintre elev, profesor, familie și comunitate artistică devine motorul principal al progresului. Acest ecosistem educațional generează nu doar performanță muzicală, ci și maturizare emoțională, autonomie artistică și gândire critică — competențe esențiale pentru omul contemporan.

Așadar, orizonturile creative în educație se construiesc printr-o pedagogie orientată spre colaborare, reflecție, interdisciplinaritate și dezvoltare holistică. Educația muzicală este un exemplu privilegiat al acestor transformări, demonstrând că actul artistic poate deveni un instrument de formare complexă, în care elevul învață să se cunoască, să își gestioneze emoțiile, să creeze, să coopereze și să evolueze. În acest sens, fiecare experiență scenică devine o expresie a unei formări profunde, bazate pe sinergie profesională, încredere, responsabilitate și

⁴⁸ Campbell, Patricia Shehan, *Songs in Their Heads: Music and Its Meaning in Children's Lives*, Oxford University Press, 2010

⁴⁹ Hargreaves, David, Miell, Dorothy, *Musical Imaginations*, Oxford University Press, 2012

⁵⁰ Dewey, John, *Experience and Education*, Kappa Delta Pi, 1938

deschidere către inovație — repere fundamentale pentru edificarea unei educații cu adevărat moderne și umanizante.

Bibliografie:

- Campbell, P. S. (2010). *Songs in Their Heads: Music and Its Meaning in Children's Lives*. Oxford University Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. HarperCollins.
- Dewey, J. (1938). *Experience and Education*. Kappa Delta Pi.
- Dweck, C. (2006). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.
- Gardner, H. (1993). *Multiple Intelligences: The Theory in Practice*. Basic Books.
- Hargreaves, D., & Miell, D. (2012). *Musical Imaginations*. Oxford University Press.
- Kenny, D. T. (2011). *Music Performance Anxiety: Origins, Phenomenology, Assessment and Treatment*. Ashgate.
- Ramjattan, D. (2022). *Music Performance Anxiety on the Classical Guitar*. University of Toronto.
- Robinson, K. (2011). *Out of Our Minds: Learning to Be Creative*. Capstone.
- Vygotsky, L. (1978). *Mind in Society*. Harvard University Press.

METODE CREATIVE DE DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ A ELEVILOR LA ORELE DE LIMBA ȘI LITERATURA ROMÂNĂ

Nistor Oltea, profesor

Școala Gimnazială „George Voevidca” Câmpulung Moldovenesc, jud. Suceava

Într-o epocă în care viteza informației eclipsează adesea profunzimea trăirii, sarcina esențială a orelor de limba și literatura română depășește simpla analiză gramaticală sau de structură narativă, ajungând la inima formării umane: dezvoltarea socio-emoțională (DSE) a elevului. Literatura, prin rolul ei de oglindire a ființei umane, oferă un teren fertil și sigur pentru explorarea complexității emoționale și pentru exersarea competențelor sociale.

Valorificarea textelor literare devine astfel o metodă didactică fundamentală, întrucât narațiunile oferă elevilor un simulator de viață sigur: ei pot experimenta emoții intense – bucurie, frică, regret, empatie – prin ochii personajelor, fără consecințe directe în realitatea lor. Acest transfer emoțional permite dezvoltarea inteligenței emoționale prin identificare, analiză și reglare. Prin încurajarea lecturii suplimentare, orizontul de referință al elevilor se lărgeste considerabil, expunându-i la o gamă mai variată de situații etice și psihologice, sporind capacitatea lor de a înțelege și accepta diversitatea umană, element vital al conștientizării sociale. Transformarea textului scris într-un instrument activ de auto-descoperire și relaționare constituie nucleul metodelor creative de DSE, valorificând narațiunea pentru a modela caractere capabile de empatie, auto-gestionare și luarea de decizii responsabile.

Prin intermediul unor opere precum „Prietenul meu”, de Ioana Pârvulescu⁵¹, „Fram, ursul polar”, de Cezar Petrescu⁵², „O vară cu Isidor”, de Veronica D. Niculescu⁵³, „Micul Prinț”, de Antoine de Saint-Exupéry⁵⁴ și „Bunica mi-a zis să-ți spun că-i pare rău”, de Fredrik Backman⁵⁵ putem proiecta o pedagogie centrată pe cultivarea inteligenței emoționale.

Ora de literatură devine astfel o terapie narativă, în care primul pas este întotdeauna auto-conștientizarea. Textul Ioanei Pârvulescu, „Prietenul meu”, oferă elevilor ocazia de a se

⁵¹ Pârvulescu, Ioana, (2011), *Prietenul meu* (în volumul colectiv *Care-i faza cu cititul?*), Editura Arthur, București

⁵² Petrescu, Cezar, (2010), *Fram, ursul polar*, Editura Hoffman, Caracal (prima apariție în 1932)

⁵³ Niculescu, Veronica D., (2017), *O vară cu Isidor*, Editura Humanitas Junior, București

⁵⁴ Saint-Exupéry, Antoine de, (2015), *Micul Prinț*, Editura Arthur, București (prima apariție în 1943)

⁵⁵ Backman, Fredrik, (2017), *Bunica mi-a zis să-ți spun că-i pare rău*, Editura Art, București

conecta la propria lor istorie emoțională, ajutându-i să înțeleagă cum se schimbă emoțiile în funcție de situațiile cotidiene cu care ne confruntăm. O metodă creativă poate fi scrisul reflexiv: după lectura unor pasaje care descriu trăiri intense legate de relațiile cu cei apropiați, elevii nu scriu o analiză literară, ci o „Scrisoare către sinele lor de acum cinci ani”, oglinzind modul în care percepția lor asupra unui eveniment sau a unei persoane s-a schimbat odată cu trecerea timpului. Acest exercițiu cultivă recunoașterea și etichetarea emoțiilor trecute și prezente, sporind totodată vocabularul emoțional prin căutarea celor mai precise cuvinte pentru a descrie nuanțele afective.

Aventurile din „Fram, ursul polar,” de Cezar Petrescu, în special acelea care se concentrează pe anxietatea de separare, dorul de casă și dificultatea de adaptare la un mediu nou, devin un studiu de caz perfect pentru reziliență. O activitate relevantă poate fi *hartă de navigare emoțională* a lui Fram. Elevii desenează o hartă simbolică a călătoriei personajului și notează, în dreptul fiecărei etape dificile, nu doar emoția resimțită (frică, singurătate, confuzie), ci și o acțiune pozitivă pe care Fram ar fi putut-o întreprinde pentru a se calma și a se concentra pe prezent (ex: respirație conștientă, găsirea unui prieten, stabilirea unui obiectiv imediat). Transpunerea luptei personajului în strategii concrete, aplicabile în viața reală, transformă textul într-un ghid practic de reziliență.

Conștientizarea socială și abilitățile de relaționare sunt aduse în prim-plan de interacțiunile umane și non-umane din textele alese. „O vară cu Isidor” de Veronica D. Niculescu este o explorare profundă a prieteniei neconvenționale și a empatiei. Decizia Serenei de a-l elibera pe condorul Isidor, asumându-și riscuri, este o demonstrație de altruism și compasiune autentică. O metodă creativă poate fi relatarea evenimentelor din perspectiva condorului: elevii sunt rugați să scrie un capitol din poveste din perspectiva lui Isidor, forțându-i să iasă din propria experiență și să înțeleagă motivațiile și suferințele unei alte ființe, cultivând astfel compasiunea. Ulterior, se poate organiza o dezbatere pornind de la următoarea întrebare: „Ce înseamnă să te lupți pentru libertatea celuiilalt, chiar dacă nu te afectează direct?” – cultivând astfel spiritul civic și pro-social.

„Micul Prinț” de Antoine de Saint-Exupéry este o sursă inepuizabilă pentru dezvoltarea auto-conștientizării și a abilităților de relaționare. O metodă creativă eficientă ar putea fi crearea unei hărți emoționale a îmblânzirii. După citirea dialogului dintre băiat și vulpe, elevii sunt rugați să creeze o hartă care să reprezinte drumul de la statutul de necunoscuți la cel de prieteni. Pe hartă, ei notează „ritualurile” necesare pentru a construi încrederea (răbdarea, ascultarea

activă) și emoțiile care însoțesc procesul, ajutându-i pe elevi să definească prietenia în termeni de investiție emoțională și de responsabilitate etică.

Pe de altă parte, romanul „Bunica mi-a zis să-ți spun că-i pare rău” de Fredrik Backman abordează teme mai mature, precum doliul, iertarea și conștientizarea socială. Povestea Elsei, care decodează viața bunicii sale prin intermediul poveștilor, oferă o platformă pentru explorarea emoțiilor complexe legate de pierdere și remușcare. O tehnică utilă este scrisoarea de iertare: elevii analizează pasajele în care bunica exprimă regretul și, folosind rolul Elsei, scriu o scrisoare către un personaj al cărui comportament l-au judecat inițial, dar pe care, ulterior, l-au înțeles. Metoda stimulează empatia profundă și luarea de perspective.

Prin astfel de metode, ora de română devine o veritabilă lecție despre viață și despre arta de a fi om. În concluzie, integrarea metodelor creative de DSE la orele de limba și literatura română nu este doar o opțiune didactică modernă, ci o necesitate pedagogică. Literatura devine un catalizator al maturizării emoționale, oferind elevilor nu doar cunoștințe despre structura narativă, ci și instrumente practice pentru a se cunoaște pe sine și pentru a interacționa armonios cu ceilalți.

Astfel, rolul profesorului de română evoluează, transformându-se într-un ghid socio-emoțional care folosește puterea transformatoare a poveștilor pentru a pregăti tinerii nu doar pentru examene, ci pentru provocările complexe ale vieții de adult.

Bibliografie:

Backman, F. (2017). *Bunica mi-a zis să-ți spun că-i pare rău*. Editura Art.

Niculescu, V. D. (2017). *O vară cu Isidor*. Humanitas Junior.

Pârvulescu, I. (2011). *Prietenul meu*. În *Care-i faza cu cititul?*. Editura Arthur.

Petrescu, C. (2010). *Fram, ursul polar*. Editura Hoffman. (Lucrare publicată inițial în 1932)

Saint-Exupéry, A. de. (2015). *Micul Prinț*. Editura Arthur. (Lucrare publicată inițial în 1943)

Salovey, P., & Mayer, J. D. (2016). *Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality*. Baywood Publishing.

Dezvoltarea inteligenței emoționale la elevi prin studiul literaturii. (2021). *Revista EDICT (Educație, Didactică, Instruirea și Comunicarea prin Tehnologie)*.

TEATRUL CA METODĂ INTERACTIVĂ DE DEZVOLTARE SOCIO-EMOȚIONALĂ ÎN ÎNVĂȚĂMÂNTUL PRIMAR

Stoleru Alexandra-Călina, profesor învățământ primar
Școala Gimnazială Sânpetru, jud. Brașov

Educația contemporană nu mai poate fi redusă la acumularea de informații, ci presupune formarea unei personalități armonioase, capabile să înțeleagă și să gestioneze emoțiile proprii, dar și să relaționeze empatic cu ceilalți. În acest context, teatrul educațional se dovedește o metodă complexă, interdisciplinară și profund formativă. Articolul prezintă modalități interactive de dezvoltare socio-emoțională prin teatru, exemple de integrare în activități de clasă și extrașcolare, precum și un studiu de caz bazat pe sceneta originală „*Orașul Umbrelor*”, concepută pentru elevii clasei mele.

În ultimii ani, atenția specialiștilor în educație s-a îndreptat spre dimensiunea socio-emoțională a învățării, considerată esențială în formarea competențelor pentru viață. Potrivit modelului CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning)⁵⁶, competențele-cheie includ autocunoașterea, autoreglarea, conștiința socială, relaționarea și luarea deciziilor responsabile. La vârsta școlară mică, aceste competențe se construiesc cel mai bine prin experiențe **practice, expresive și colaborative**. Teatrul, ca formă de artă educațională, oferă un context ideal pentru manifestarea emoțiilor, pentru exersarea empatiei și a exprimării de sine într-un cadru sigur și ludic.

Activitățile teatrale solicită participarea integrală a elevului — emoțională, cognitivă și fizică. În procesul de interpretare, copilul învață să observe, să asculte, să coopereze și să se pună în locul celuilalt.

Prin jocul de rol, elevii descoperă emoții și le pot numi (autocunoaștere), înțeleg reacțiile celorlalți (empatie), colaborează și învață să negocieze (abilități sociale), capătă încredere în propria voce (autonomie), reflectează asupra consecințelor acțiunilor (responsabilitate morală).

Astfel, teatrul nu este doar un mijloc artistic, ci un **instrument de educație integrală**, capabil să unească învățarea cognitivă cu cea emoțională și socială.

⁵⁶ CASEL (2020). *Core SEL Competencies Framework*. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning, Chicago.

I. Metode interactive de dezvoltare socio-emoțională prin teatru

a) Jocul de rol și improvizația dirijată

Elevii sunt provocați să interpreteze situații din viața de zi cu zi („Ce faci când un coleg este exclus?”, „Cum reacționezi când nu ești ascultat?”, „Cum interacționezi cu ceilalți colegi în funcție de particularitățile fiecăruia?”, „Pentru a te face auzit în cadrul grupului, cum procedezi?”). După interpretare, se realizează o *discuție reflexivă*: „Cum te-ai simțit în rolul tău?”, „Ce ai învățat despre tine?”, „Ai realizat ceva anume?”

→ *Efectul obținut* prevede stimularea empatiei, a autoreglării și a comunicării nonviolente, subliniind necesitatea de a citi emoțiile ce stau la baza unei întrebări, a unui comportament sau a unei acțiuni.

b) Teatrul-forum

Metoda inspirată de Augusto Boal invită publicul să intervină în desfășurarea acțiunii. Elevii joacă o scenă, iar colegii pot opri momentul pentru a propune alte soluții pentru personajul aflat în impas.

→ *Efectul obținut* are în vedere dezvoltarea gândirii critice, a curajului de a lua decizii și a responsabilității colective.

c) Cercul de Teatru Socio-Emoțional

Poate fi organizat sub forma unui **club extracurricular** – „Cercul de Teatru al Emoțiilor”. Fiecare lună are o temă specifică, spre exemplu:

- *Luna Curajului* – exerciții de exprimare liberă, scenete despre frica de greșeală;
- *Luna Empatiei* – jocuri de oglindire și improvizații despre prietenie;
- *Luna Recunoștinței* – monologuri despre oameni care ne inspiră;
- *Luna Armoniei* – dramatizări despre cooperare și iertare.

→ *Efectul dorit* are ca scop consolidarea climatului pozitiv de clasă și formarea unei comunități bazate pe încredere.

d) Dramatizarea interdisciplinară

Teatrul poate integra conținuturi din istorie, educație civică, limba română sau arte vizuale. *Exemplu concret*: „Vocea mea contează!”, având ca temă dreptul copilului la opinie și respect (art. 12 din Convenția ONU privind Drepturile Copilului)

Scenariu de bază: Într-o clasă, un grup de elevi discută despre alegerea activităților pentru „Săptămâna altfel”. Unul dintre copii, Maria, propune o idee creativă – o expoziție de picturi realizate de ei. Însă colegii mai vocali o întrerup mereu, fără să-i asculte părerea.

Desfășurare - elevii interpretează scena de două ori:

- Prima dată, fără intervenția publicului (unde Maria nu este ascultată).
- A doua oară, spectatorii pot opri acțiunea („Stop!”) și pot interveni pentru a schimba cursul dialogului – sugerând soluții prin care Maria își poate exprima opinia sau prin care ceilalți pot manifesta respect.

Obiectivele educative vizează dezvoltarea empatiei și a capacității de a asculta active, conștientizarea faptului că fiecare copil are dreptul de a-și exprima liber gândurile, învățarea modalităților de rezolvare non-violentă a conflictelor. După reprezentație, elevii discută cum s-au simțit în rolurile lor și ce pot face, în viața reală, pentru ca „vocea fiecărui copil să conteze cu adevărat”.

II. Studiu de caz: „Orașul Umbrelor”

Sceneta originală „*Orașul Umbrelor*” a fost creată pentru 14 elevi de clasa a IV-a și explorează tema **curajului de a fi tu însuți**. Într-un oraș unde oamenii trăiesc în umbra propriilor temeri, un grup de copii descoperă lumina sincerității, prieteniei și expresiei libere. Obiectivele ce au stat la baza proiectului au urmărit dezvoltarea exprimării emoționale prin limbaj verbal și nonverbal, stimularea curajului de a vorbi în public, exersarea ascultării active și a cooperării.

Metodologie - După fiecare repetiție, se desfășoară o **discuție reflexivă**: „Ce ai simțit în rolul tău?”, „Cum se schimbă personajul pe măsură ce prinde curaj?”, „Ce înseamnă pentru tine să te eliberezi de umbre?”

Rezultate observate ne-au demonstrat că elevii au devenit mai încrezători și cooperanți, și-au crescut capacitatea de empatie și ascultare, climatul emoțional al grupei s-a îmbunătățit semnificativ. Evaluarea este **formativă și reflexivă**, nu competitivă. S-au utilizat jurnale de emoții („Astăzi am învățat că...”), evaluare colegială („Ce am admirat la tine în scenă...”), feedback constructiv permanent din partea profesorului.

Teatrul, aplicat cu intenție pedagogică, este o **metodă interactivă complexă** care unește jocul, arta și reflecția. El favorizează dezvoltarea socio-emoțională a copiilor, transformând învățarea într-o experiență autentică de viață. Prin cercuri tematice, dramatizări interdisciplinare și activități colaborative, elevii nu doar învață despre lume, ci **învață să trăiască împreună în lume**, cu empatie, curaj și sensibilitate.

Am valorificat acest demers prin participarea la festivalul de teatru „Lumea scenei cu cei mici”, organizat de către Inspectoratul Școlar Brașov, Colegiul Național „Andrei Mureșanu” și Școala Gimnazială Nr. 5, în cadrul proiectului educațional județean CPEEJ 2025, la

Filarmonica Braşov, alături de 14 dintre elevii mei din clasa a IV-a de la Colegiul Național „Andrei Mureșanu”. Am pus în scenă piesa de teatru „Orașul umbrelor”, creație proprie, tocmai pentru a sublinia nevoia de a crește stima de sine a elevilor, de a-și găsi curajul pentru a se face auziți, de a se valorifica la maximum în societatea cotidiană.



Clasa a IV-a, Școala Gimnazială Sânpetru

Bibliografie:

- CASEL (2020). *Core SEL Competencies Framework*. Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Bantam Books.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence Reframed: Multiple Intelligences for the 21st Century*. Basic Books.
- Duhamel, A. (2016). *Drama in Education: Learning through Theatre*. Routledge.

REZILIENȚA ȘI RESURSELE PERSONALE. MODELE ȘI TEHNICI DE CONSOLIDARE A REZILIENȚEI LA ADOLESCENȚI

Trifan Corina

Psiholog școlar Liceul Teoretic „Vasile Alecsandri”, or. Călărași, Republica Moldova

Menținerea sănătății mintale a adolescenților este un aspect prioritar pentru experiențele lor cotidiene, iar facilitarea stării de bine emoționale a elevilor este esențială în dezvoltarea și succesul lor academic. În contextul facilitării stării de bine a elevilor, dezvoltarea rezilienței psihologice la stres constituie o valoare practică incontestabilă.

Reziliența se referă la adaptarea la condiții dificile cu caracter traumatic ce afectează dezvoltarea și chiar supraviețuirea, păstrând intactă sănătatea mintală.⁵⁷ Reziliența este abilitatea de a ne reveni după perioade de stres, după situații care ne pun la încercare sau ne provoacă, după tragedii sau traume.⁵⁸

Reziliența își are sursa, în special, în domeniul nevoilor psihosociale care au legătură directă cu resursele personale, interioare, dar și exterioare. Atunci când nevoile copilului sunt satisfăcute, ele se transformă în resurse care îi permit să depășească momentele dificile pe care le-a trăit sau urmează să le trăiască.

Resursele personale ca bază a construirii rezilienței la copil (pilonii rezilienței) sunt: Relații (**eu am**), Activități (**eu pot**) și Identități (**eu sunt**).⁵⁹

- *Relații: 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.
- *Activități: eu pot întreprinde acțiuni.* Eu (re)încep activități și vin cu inițiative. Mă simt competent pentru a participa la activități școlare, la lucru, pentru a-mi realiza obligațiunile cotidiene.
- *Identități: 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

⁵⁷ Petrova-Dimitrova Nelly, *Introducere în Reziliență*, Sofia, 2017, disponibil pe <https://fonpc.ro/wp-content/uploads/2021/11/Introducere-in-Rezilienta.pdf>.

⁵⁸ Ghid. Cum să creștem reziliența, Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi, accesat la 17 decembrie 2025, https://wlp.metis.pl/downloads/ro/2018_07_18_ghid.pdf.

⁵⁹ Ibidem.

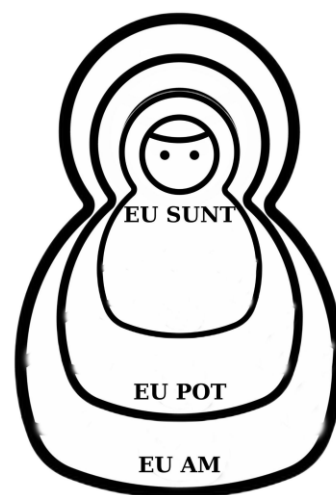
personalitate, confer valoare la tot ce mă înconjoară, pentru a-mi consolida stima de sine, încrederea și simțul responsabilității.

În scopul identificării resurselor personale și a strategiilor pentru a fi în echilibru cu propriile necesități, cât și a consolidării rezilienței și a stării de bine a elevilor, vom expune mai jos câteva tehnici pe care le aplicăm frecvent cu copiii din instituția noastră.

1. Păpușa resurselor.

Această tehnică permite elevilor să își analizeze personalitatea din perspectiva încrederii în sine. Utilizând un suport vizual format din trei straturi concentrice, elevii explorează următoarele dimensiuni:

- **Stratul interior (EU SUNT):** Identificarea calităților personale care fortifică încrederea în sine.
- **Stratul intermediar (EU POT):** Descrierea comportamentelor și abilităților de viață necesare în situații dificile.
- **Stratul exterior (EU AM):** Recunoașterea relațiilor și a persoanelor de încredere care oferă sprijin. Procesul subliniază faptul că aceste trei aspecte constituie competența de a fi rezilient, protejând sănătatea psihoemoțională.⁶⁰



2. Colajul „amprenta cu resurse”.⁶¹

Elevii se vor gândi la o întrebare sau dificultate cu care se confruntă. Își vor aminti ce întrebări au vis-à-vis de situația lor, ce neliniști au. După care își conturează mâna pe o foaie A4 și își creează propria amprentă, unică, care ar conține lucruri, calități, persoane, ființe care i-ar ajuta să găsească o soluție, un răspuns, sau i-ar motiva să fie încrezători, le-ar ridica dispoziția. Cu alte cuvinte, realizează un colaj (materialelele: ziare și reviste, hârtie A 4, clei, foarfece, sunt pregătite din timp de către elevi și cadrul didactic) în interiorul palmei, folosind cuvinte, expresii, imagini decupate din ziarele puse la dispoziție. Acest colaj reprezintă amprenta cu resurse la care elevul poate reveni și care îl poate motiva pentru a acționa în situațiile dificile.

⁶⁰ Sursă adaptată după exercițiul „Păpușa resurselor”, în Ghid. Cum să creștem reziliența, Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi, accesat la 17 decembrie 2025.

⁶¹ Vezi metodologia colajului creativ în Paladi et al., *Starea de bine în școală*, Chișinău, 2024.

După ce creează colajul, elevii pot decora spațiul liber al foii, ca să „înărămeze” tabloul cu amprentele lor unice. Doritorii vor fi încurajați să vorbească despre produsul creat sau despre anumite resurse identificate și la ce le-ar putea servi. Pot demonstra produsul.

Întrebări pentru reflecție: Cum vă simțiți? Ce emoții aveți? Dacă ați putea spune ceva creațiilor voastre, ce le-ați spune? Ați avut momente care v-au pus pe gânduri în timpul activității? Care anume? Ce a fost dificil și ce a fost ușor? Ce experiențe ați câștigat pentru voi în procesul creării? Cum vă pot fi de folos aceste experiențe? Ce puteți face chiar astăzi pentru a fi împăcat cu sine din ceea ce ați ilustrat în amprentele voastre? Ați descoperit ceva nou la voi sau vă puteți privi din altă perspectivă, din alt unghi? Cum anume?

3. **Exercițiul Metahouba fericirii.**

Elevii își imaginează o „Pădure a fericirii” în care crește o plantă exotică Metahouba, foarte frumoasă și neobișnuită. Vor crea această plantă, pe foi A 4. Foaia, plasată vertical, se împarte în trei părți, cu ajutorul a trei linii orizontale.

Sub prima linie orizontală elevii vor desena rădăcinile metahoubei. Acestea sunt rădăcinile proprii, resursele (calități personale, relații și persoane de încredere, comportamente care îi ajută în situațiile dificile și care îi descriu ca personalitate). La mijloc, pe tulpina plantei, vor scrie aspirațiile sau ce își doresc să realizeze în viață. Pe coroană, pe fructe, vor scrie succesele personale, oricât de neînsemnate ar părea.

Întrebări pentru reflecție: Cum vă simțiți? Ce emoții aveți? Dacă ați putea spune ceva creațiilor voastre, ce le-ați spune? Ce experiențe ați achiziționat, pentru voi, în procesul desenării? Cum puteți folosi aceste experiențe în viață? Ce puteți face chiar astăzi pentru a fi fericit? Ați descoperit ceva nou la voi sau vă puteți privi din altă perspectivă, din alt unghi? Cum anume? *Peste o zi sau peste o săptămână uitați-vă din nou la desen. Planta va fi crescut, așadar adăugați-i noi rădăcini, noi ramuri, noi frunze și noi muguri!*⁶²

4. **Coperta autobiografică (activitate cu carduri de asociere).**

Elevii își imaginează că scriu o carte autobiografică despre cum reușesc să-și faciliteze starea de bine și să fie rezilienți. Extrag câte un card de asociere (imagini cu coperte de cărți de pe net, plasate cu fața în jos), îl analizează. Ulterior elevii își imaginează că cartea este deja

⁶² Adaptare după „Metahouba fericirii”, disponibil la <https://infourok.ru/trening-dlya-podrostkov-po-formirovaniyu-zhiznennovazhnih-navikov-nauchis-bit-schastlivim-2731067.html>.

scrisă, iar cardul extras reprezintă coperta acestei biografii. Vor povesti, în baza algoritmului, despre ce este cartea:

- Cine este eroul/ eroina acestei cărți? Descrieți-l (descrieți-o) în trei propoziții.
- Care este auditoriul acestei cărți/ cui i-ar place să o citească?
- Intitulați capitolele cărții.
- Care capitol ar fi fost cel mai dificil de scris?
- Ce mesaj pentru cititori se desprinde din cartea d-voastră?
- Ați vrea să schimbați titlul cărții sau designul? Cum? Care ar fi acesta?

În încheierea activității elevii sunt încurajați să-și imagineze că cardul este parte a unui tablou integru și vor trebui să contine desenul de pe card pe o foaie de hârtie A4 așa cum le place, plasând cardul în centrul foii.

Întrebări de reflecție: Care sugestie v-a impresionat, v-a surprins? Ați descoperit ceva nou la voi sau vă puteți privi din altă perspectivă, din alt unghi? Cum anume? Ce sugestii ar putea găsi cititorul în cartea voastră?

NOTA BENE! În toate cazurile încurajăm toți elevii să vorbească și acordăm timp suficient, dar nu vom insista să se expună dacă nu-și doresc asta.

Așa dar, dezvoltarea rezilienței la adolescenți este esențială în contextul social și emoțional tot mai complex, iar școala este cea care poate sprijini elevii să-și identifice propriile resurse și să creadă în ele.

Bibliografie:

Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna w Łodzi. (2018). *Cum să creștem reziliența: Ghid.*

https://wlp.metis.pl/downloads/ro/2018_07_18_ghid.pdf

Paladi, O., Potâng, A., Turchină, T., Tarnovschi, A., & Toma, N. (2024). *Starea de bine în școală: Ghid metodologic.* Chișinău.

Petrova-Dimitrova, N. (2017). *Introducere în reziliență.* <https://fonpc.ro/wp-content/uploads/2021/11/Introducere-in-Rezilienta.pdf>

Trening pentru adolescenți privind formarea abilităților de viață (Învață să fii fericit). (n.d.).

<https://infourok.ru/trening-dlya-podrostkov-po-formirovaniyu-zhiznennovazhnih-navikov-nauchis-bit-schastlivim-2731067.html>

DEZVOLTAREA SOCIO-EMOȚIONALĂ A PREȘCOLARILOR PRIN INTERMEDIUL POVEȘTILOR TERAPEUTICE

Teușan Crina, profesor consilier școlar
CJRAE Satu Mare

A fost odată ca niciodată... sunt cuvinte pline de mister care captează pe oricine, cu atât mai mult pe preșcolari. Aceste cuvinte reprezintă o ușă către un alt timp și spațiu în care orice este posibil. Din povești, copiii află care sunt consecințele faptelor bune sau rele, care sunt calitățile și defectele oamenilor. Poveștile au marele avantaj de a stimula imaginația cât și memoria. Imaginația deoarece copilul trebuie să-și imagineze peisajele, personajele, locurile din poveste, iar memoria deoarece urmăresc să rețină cât mai multe aspecte legate de poveste. Pe de altă parte poveștile stimulează afectivitatea, deoarece copiii trăiesc emoțiile personajelor și învață din experiența acestora, astfel încât în momentul în care se vor confrunta cu o situație asemănătoare vor ști ce au de făcut și vor ști să-și regleze emoțiile.

Biblioterapia este o metodă terapeutică expresivă și creativă pe care o pot utiliza consilierii, psihologii școlari, cadrele didactice și chiar părinții. Biblioterapia se definește ca fiind simpla folosire a cărților cu scopul de a-i ajuta pe oameni să-și rezolve problemele.⁶³ În cazul copiilor pot fi folosite cărți ce se bazează fie pe o literatură fictivă, fie non-fictivă. Cel mai des este utilizată ficțiunea, deoarece duce la stabilirea unei distanțe optime dintre personaj și copil. De multe ori, copiii pot să discute mai deschis și mai relaxat despre un personaj din poveste decât despre propria persoană, în plus își proiectează problemele asupra personajului. Biblioterapia este cea mai ușoară și naturală cale de a intra în lumea plină de fantezie a copiilor. Lectura materialului, adresarea întrebărilor copiilor și discuțiile cu privire la problemele evidențiate sunt pași importanți de urmărit. În funcție de gradul de complexitate a problemelor abordate, biblioterapia cunoaște două forme: clinică și de dezvoltare. Biblioterapia clinică abordează probleme mult mai complexe decât cea de dezvoltare. Este utilizată într-un cadru intim, în ședințe de consiliere individuală. În schimb, biblioterapia de dezvoltare abordează teme mai puțin complexe și poate fi utilizată la clasa de elevi.

Unul dintre instrumentele biblioterapiei este povestea. Poveștile terapeutice apelează la un procedeu numit imaginare ghidată, pentru a facilita inducția pozitivă. Această inducție

⁶³ Drugaș, I, Bârle, D. 2008 *Educăm și vindecăm prin povești* Editura Universității din Oradea

pozitivă este formulată verbal, astfel încât să provoace o trecere din planul real al unei situații penibile, imposibil de rezolvat, în planul care schimbă perspectiva și oferă șanse de rezolvare. Trecerea se realizează cu ajutorul mijloacelor magice pe care le oferă în general povestea. Subiectul simte că vechea lui neputință își pierde din importanță. Apare ceva nou care îi sugerează că există totuși o soluție la problemă sau măcar că problema poate fi și privită altfel. Emoțiile negative au șansa să se dilueze. Ascultătorului i se sugerează că el va prelua puterea de decizie, controlul asupra felului în care reacționează.⁶⁴ (Filipoi, S., 2012).

De asemenea, utilizând poveștile, discuțiile nu sunt focalizate pe analiza directă a copilului, ci sunt analizate personajele din poveste. La clasa de elevi este indicat să fie utilizate poveștile cu un mesaj educațional. Temele abordate prin poveștile didactice sunt cele care prezintă dezvoltarea trăsăturilor pozitive, cum sunt: hărnicia, bunătatea, prietenia, dar și trăsături negative: lauda, lenea. (Drugaș, I., 2008). Un exemplu de poveste care poate fi utilizată în munca cu copiii este *Ariciul alege să fie bun prieten*. Povestea face parte din colecția ABC-ul poveștilor terapeutice coordonată de Mitu Adriana.⁶⁵

Scopul poveștii îl reprezintă dezvoltarea abilităților de a face față furiei într-un mod constructiv.

Obiectivele poveștii sunt:

- ❖ Transpunerea copilului în rolul personajelor din poveste
- ❖ Măsurarea furiei pe care o simte ariciul
- ❖ Identificarea gândului care îl încurcă, precum și a gândului care îl poate ajuta în fiecare situație
- ❖ Identificarea condițiilor în care putem deveni agresivi în relația cu ceilalți

Descrierea activității: la debutul activității se realizează un exercițiu de captare a atenției. Exercițiul este numit patru medii. Atunci când rostesc cuvântul *pământ*, toți trebuie să lase mâinile jos, când rostesc cuvântul *apa* toți întind mâinile înainte, când rostesc cuvântul *cer* trebuie să ridice mâinile, iar când rostesc cuvântul *foc* toți rotesc mâinile de la coate. Cine greșește, se așează. După crearea unui mediu favorabil învățării, este anunțată tema activității, precum și obiectivele aferente. După prezentarea temei și a obiectivelor, se trece la lecturarea poveștii terapeutice. Personajul principal al poveștii este un arici, care de câte ori nu-i plăcea ceva, se strângea ghem și începea să se rostogolească repede și cu forță, până când împungea și doborâ tot ce avea în cale. Când joaca era în toi el îl chema pe vântul Fuu cel Furios care

⁶⁴ Filipoi, S. 1998 *Basmе terapeutice pentru copii și părinți* Fundația Culturală Forum, Cluj-Napoca

⁶⁵ Mitu, A., *ABC-ul poveștilor terapeutice*, ed. Diana

învârtea, răsucea și amețea tot ce era în jur și tot jocul se termina. Nici animalele, nici copiii nu au mai vrut să se joace cu ariciul, până când un băiețel îl ajută să-și stăpânească furia, prin identificarea gândurilor care alimentează această stare. După parcurgerea poveștii terapeutice au fost analizate, într-o activitate frontală, întrebările de înțelegere și de personalizare a textului:

- ❖ Cine era Fuu cel Furios? Când era el chemat? Ce făcea ariciul din poveste?
- ❖ Când se înfuria el? Îl ajuta vântul Fuu pe arici? Cine i-a venit în ajutor?
- ❖ Ce a învățat ariciul de la prietenul său băiețelul?
- ❖ Te-ai înfuriat vreodată? Ce simți în corpul tău când apare furia?
- ❖ Ești cu adevărat mai puternic dacă țiți la ceilalți? Dar dacă lovești sau împingi?
- ❖ Ca să nu urce furia tare în termometru ce este nevoie să facem? Enumeră câteva activități.

La finalul activității, pentru consolidarea celor învățate și asigurarea feedback-ului, fiecare copil desenează o activitate sau o modalitate care îl ajută să se liniștească atunci când apare emoția de furie. Toți copiii primesc feedback pozitiv pentru desenele realizate și sunt rugați să descrie într-un cuvânt activitatea la care au participat.

Bibliografie:

- Drugaș, I., & Bârle, D. (2008). *Educăm și vindecăm prin povești*. Editura Universității din Oradea.
- Filipoi, S. (1998). *Basmе terapeutice pentru copii și părinți*. Fundația Culturală Forum.
- Mitu, A. (n.d.). *ABC-ul poveștilor terapeutice*. Editura Diana.

PROVOCĂRI ÎN ABORDAREA DEZVOLTĂRII SOCIO-EMOȚIONALE LA PREȘCOLARI

Ilona Urieși, profesor educație timpurie
Școala Gimnazială I. Creangă/ G.P.N. 23 Iași, jud. Iași

Învățământul preșcolar a cunoscut în ultimii ani transformări semnificative, adaptându-se la cerințele societății moderne și la nevoile actuale ale copiilor. Accentul se pune pe dezvoltarea holistică a copilului, în ritmul său, cu respect și grijă față de nevoile sale unice. Educația timpurie este esențială pentru dezvoltarea armonioasă a copilului, iar noile orientări urmăresc să creeze un mediu educațional stimulat, incluziv și adaptat fiecărui copil⁶⁶.

În primii ani de viață, copilul își construiește bazele personalității, ale gândirii și ale relațiilor sale cu lumea. El traversează o perioadă de dezvoltare accelerată și profundă, în care se formează structurile de bază ale gândirii, limbajului, afectivității și comportamentului social. Din această perspectivă, educatorul are un rol fundamental, acela de mediator între copil și lume, între potențial și actualizare, între spontaneitate și structură⁶⁷. De aceea, profesorii care îl ghidează în această etapă poartă o responsabilitate uriașă, aceea de a pune temelii sănătoase pentru viitor. Ne dorim adulți echilibrați emoțional? Desigur, acesta este un obiectiv general acceptat și de dorit. Echilibrul emoțional este considerat o componentă esențială a sănătății mintale⁶⁸ și a bunăstării generale cu multe beneficii atât pentru individ cât și pentru societatea în ansamblu.

Din punct de vedere al dezvoltării componente emoționale a viitorului adult, este știut faptul că baza echilibrului emoțional se pune în copilărie⁶⁹ și cum este firesc, misiunea aceasta cade pe umerii adulților care intră în contact cu copilul, respectiv părinții și educatorii. Aceștia sunt cei care crează un mediu favorabil ce formează competențe emoționale, oferă sprijin copiilor în a-și recunoaște și gestiona emoțiile într-un mod sănătos. În mediul instituțional, educatoarea trebuie să creeze un mediu sigur, suportiv, să valideze emoțiile copiilor și să dirijeze comportamente adecvate de gestionare a acestora. Ea este cea care validează emoția

⁶⁶ Ministerul Educației și Cercetării, Curriculum pentru învățământul preșcolar, București, 2019.

⁶⁷ Ministerul Educației și Cercetării, Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani, București, 2019.

⁶⁸ Ibidem.

⁶⁹ Ștefan, C. A., Kallay, E., Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid practic pentru educatori/părinți, Editura ASCR, Cluj-Napoca, 2011.

copilului prin expresii de genul: ”Te-ai supărat, e greu când nu reușești.”, o pune în cuvinte simple de genul: ”Aceasta este furia, se simte în corp.” și modelează comportamente de calmare prin expresii: ”Eu te țin în brațe și respirăm împreună!”.

Din perspectivă psihologică, educatorul este prima figură educațională⁷⁰ care modelează relația copilului cu învățarea. Modul în care aceasta gestionează comunicarea, jocul, emoțiile și disciplina influențează în mod direct dezvoltarea socio-emoțională și cognitivă a copilului. Activitățile desfășurate în grădiniță, indiferent că sunt cele principale pe domenii experiențiale sau că sunt tranziții, rutine sau de joc, sunt atent gândite și planificate de cadrul didactic. Rezultatul îndeplinirii obiectivului central depinde de pregătirea metodică a profesorilor pentru educație timpurie⁷¹. Aceasta este esențială. Pregătirea metodică riguroasă îi oferă cadrului didactic capacitatea de a proiecta, organiza și evalua activitățile educaționale într-un mod coerent, integrat și adaptat particularităților de vârstă.

Pentru că jocul este principala punte între lumea interioară a copilului și realitatea exterioară⁷², este esențial să introducem emoțiile în jocul copiilor. De ce prin joc? Pentru că jocul este mediul natural de explorare a copilului. Emoțiile nu se pot ”preda” copilului ca o lecție teoretică astfel că educatoarea este pusă în situația de a crea contexte de joc în care emoțiile să poată fi trăite, recunoscute, numite și reglate.

Activitățile ce îi introduc pe copii în lumea magică a emoțiilor sunt în general foarte iubite de aceștia. Emoțiile trăite în timpul jocului sunt adesea mai importante decât activitatea în sine. Emoțiile ca și conținut didactic, pot fi abordate atât în cadrul activităților de joc planificat sau jocul cu jucăria, activități senzoriale, povești, activități de desen/ pictura, jocul de rol, activități muzicale, de cunoașterea mediului sau chiar de matematică⁷³.

Jocul cu jucăria este un excelent mijloc de a identifica emoțiile și susține dezvoltarea autoreglării emoționale. Când șoricelul ”plânge”, ursulețul ”se supără” sau mașinuța ”este furioasă” copilul are contextul perfect de a recunoaște emoția și de a găsi soluții pentru liniștire. Întrebări ajutătoare din partea adultului pot fi: ”Ce ar ajuta șoricelul să se simtă mai bine?” sau ”Ce ar ajuta mașinuța să se liniștească?”. Această abordare de externalizare îi arată copilului că emoțiile pot fi gestionate nu doar manifestate⁷⁴.

⁷⁰ Ministerul Educației și Cercetării, Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului..., București, 2019.

⁷¹ Ministerul Educației și Cercetării, Curriculum pentru învățământul preșcolar, București, 2019.

⁷² Ștefan, C. A., Kallay, E., Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari, 2011.

⁷³ Ibidem.

⁷⁴ Ibidem.

Activitățile senzoriale au un efect calmant, îi ajută pe copii să gestioneze și să își regleze stările de agitație sau de anxietate. De exemplu joaca în nisip sau orez colorat, plastilina frământată, joaca cu apa care curge, mângâierea unor diverse texturi sau o îmbrățișare strânsă pot ajuta la liniștirea sistemului nervos al copilului⁷⁵. Adultul poate adăuga verbalizări de genul: ”Când ești supărat, poți să frământă plastilina! Privește cum se înmoaie și furia ta!” În acest mod corpul devine un instrument de reglare.

Poveștile reprezintă un instrument eficient prin care copiii învață să înțeleagă lumea complexă a emoțiilor. Personajele pot trece prin emoții puternice. Copiii preiau conștient sau inconștient strategii de coping și soluții de calm⁷⁶: respiră, primesc o îmbrățișare, se odihnesc. Astfel copilul învață că există un ”după” pentru emoțiile intense și că fiecare stare trăită poate fi reglată.

Furia bate din picioare, tristețea se lasă pe podea, teama se ascunde. După exprimarea emoției din corp urmează o activitate de calm: ”Acum respirăm ușor precum cad frunzele ușor din copac” sau ”Ne ghemuim ca un pui de picicuță adormit în culcuș”. Aceste mici secvențe de tranziție îi arată copilului că poate trece de la intensitate la liniște, cu sprijinul nostru, al adultului.

Activitățile din domeniul estetic și creativ sunt prin natura lor un excelent context de exprimare nonverbală prin artă⁷⁷, un context ce oferă posibilitatea de a transpune ceea ce simt prin desen, pictură, colaj, teatru, dans, modelaj, etc. Toate aceste contexte pot fi abordate printr-o serie de activități sub titlul ”Emoții, joacă, prietenie”. Astfel descoperim lumea emoțiilor prin culoare și joacă. Prin pictura, cei mici aleg culorile care le reprezintă cel mai bine trăirile. Prin pictură, expresii faciale și joc învățăm să recunoaștem emoțiile și să le exprimăm cu blândețe și prietenie.

Spre a exemplifica, în cadrul unei Activități din Domeniul Științe, Cunoașterea Mediului activitate cu specific anotimpului de toamnă, abordăm prezenta temă: ”Dovleceii cu Emoții”, o activitate în care copiii pășesc în lumea magică a emoțiilor. Printre dovleci veseli, triști sau surprinși, învățăm împreună să recunoaștem și să exprimăm ceea ce simțim. Fiecare dovlecel creat a spus o poveste despre bucurie, teamă, tristețe sau iubire și fiecare copil a descoperit că toate emoțiile sunt firești și frumoase.

⁷⁵ Ibidem.

⁷⁶ Ibidem.

⁷⁷ Ministerul Educației și Cercetării, *Curriculum pentru învățământul preșcolar*, 2019.



Figura 1. Activitate practică de explorare a emoțiilor prin artă tranzientă (arhiva personală a autoarei)

Ne jucăm cu emoțiile și în cadrul activităților de Științe, Matematică, unde ”Sortăm emoțiile după culoare”. După ce le observăm, le recunoaștem le sortăm în funcție de culoare descoperind cum fiecare expresie transmite o stare diferită. Astfel facem clasificări după emoții și culori într-un mod captivant și plin de zâmbete.



Figura 2. Activitate practică de explorare a emoțiilor prin culoare (arhiva personală a autoarei)

Prin observarea directă a preșcolarilor, se poate concluziona efectul benefic al participării acestora la astfel de activități. În general copiii dezvoltă o serie de beneficii comportamentale și sociale deoarece: devin mai conștienți de propriile emoții, mai empatici, mai buni în gestionarea emoțiilor, mai responsabili și mai puțin impulsivi, interacționează mai ușor cu ceilalți și sunt mai pregătiți pentru integrarea lor școlară⁷⁸.

Pe scurt acești copii sunt mai echilibrați emoțional, mai sociabili, mai capabili să navigheze complexitatea interacțiunilor sociale având mai puține probleme de comportament

⁷⁸ Ștefan, C. A., Kallay, E., *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari*, 2011.

comparativ cu cei care nu au beneficiat de o astfel de abordare educațională creativă iar acest ”antrenament ludic” devine fundația pentru echilibrul emoțional de mai târziu.

Bibliografie:

Ministerul Educației și Cercetării (2019). *Curriculum pentru învățământul preșcolar*, București.

Ministerul Educației și Cercetării (2019) *Repere fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani*. București.

Ștefan, C. A., Kallay, E.(2011): *Dezvoltarea competențelor emoționale și sociale la preșcolari. Ghid practic pentru educatori/părinți*, Editura ASCR, Cluj Napoca.

SECȚIUNEA III. ACTIVITĂȚI DE EDUCAȚIE NONFORMALĂ PENTRU PROMOVAREA DREPTURILOR COPILULUI

ACTIVITĂȚI DE EDUCAȚIE NONFORMALĂ PENTRU PROMOVAREA DREPTURILOR COPILULUI: O PERSPECTIVĂ DIN EDUCAȚIA RELIGIOASĂ ORTODOXĂ

Georgiu Alexandru, profesor
Colegiul Național „Liviu Rebreanu”, Bistrița, jud. Bistrița-Năsăud

Educația nonformală este un instrument vital în cultivarea demnității umane și a responsabilității sociale, valori fundamentale regăsite în teologia creștină⁷⁹. Pentru un profesor de Religie Ortodoxă, promovarea drepturilor copilului prin activități nonformale nu este doar o obligație civică, ci o extensie a vocației pastorale și didactice, având ca scop formarea "Omului Nou" în Hristos, care respectă imaginea lui Dumnezeu din fiecare persoană⁸⁰. Articolul explorează modul în care principiile teologice și etice creștine pot fundamenta și îmbogăți activitățile nonformale dedicate drepturilor copilului, transformându-le în experiențe de învățare prin iubire și slujire.

1. Fundamentarea teologică a drepturilor copilului. Din perspectiva Ortodoxă, drepturile copilului nu sunt doar constructe legale, ci decurg direct din statutul ontologic al ființei umane, creată după chipul și asemănarea lui Dumnezeu (Facere 1:26).

- Dreptul la viață și la protecție (Art. 6 și 19 din CNDC): acest drept este echivalent cu datoria sacră de a respecta și proteja viața ca dar al lui Dumnezeu, de la zămislire⁸¹. Activitățile nonformale trebuie să cultive compasiunea și mila față de cei vulnerabili, în spiritul parabolei Samaritanului Milostiv (Luca 10:25-37).

⁷⁹ Stăniloae, Dumitru, *Teologia Dogmatică Ortodoxă (Vol. I)*, București, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, 2002.

⁸⁰ Chialda, Ion Cornel, „Educația nonformală, complementară celei formale, în viziunea Ortodoxă”, în *Revista Didactica*, nr. 12, 2017, pp. 10-14.

⁸¹ Borzea, Ioan, *Bioetica și teologia morală*, Alba Iulia, Editura Reîntregirea, 2015.

- Dreptul la identitate și nume (Art. 7 și 8): se aliniază cu înțelegerea creștină a persoanei ca unică și irepetabilă, primind numele la Taina Botezului, care îi conferă o identitate spirituală eternă și o apartenență la Biserică⁸².
- Dreptul la educație (Art. 28 și 29): educația, inclusiv cea nonformală, trebuie să vizeze nu doar dezvoltarea intelectuală, ci și desăvârșirea morală și spirituală⁸³, pregătind copilul pentru o viață împlinită în Hristos și în slujba aproapelui.

2. Educația nonformală ca expresie a slujirii comunitare (Diaconia). Educația nonformală, prin natura sa flexibilă și centrată pe valori, oferă un cadru ideal pentru a pune în practică învățăturile creștine. Ea devine un spațiu de diaconie (slujire) și de frățietate⁸⁴.

Corelația dintre activitățile nonformale și pilonii viziunii educaționale ortodoxe

| Activitate nonformală | Conexiunea cu viziunea ortodoxă |
|---|--|
| Ateliere de voluntariat și caritate (dreptul la un nivel de trai decent - Art. 27): | Organizarea de colecte sau vizite la cămine de bătrâni/copii, insuflând spiritul Jertfei și al Iubirii creștine (agape), conform poruncii Mântuitorului ⁸⁵ : "Ce ați făcut unuia dintre acești frați ai Mei prea mici, Mie Mi-ați făcut" (Matei 25:40). |
| Grupuri de suport și mediere (dreptul la protecție împotriva abuzului - Art. 19): | Promovarea iertării, a împăcării și a blândeții. Discuțiile despre <i>bullying</i> și violență sunt abordate prin prisma răbdării și a responsabilității de a fi <i>păzitori</i> ai fratelui ⁸⁶ (Facere 4:9). |
| Cercuri de lectură și dezbateri pe texte sacre (dreptul la gândire, conștiință și religie - Art. 14): | Utilizarea poveștilor biblice și a vieților sfinților ca modele de respectare și luptă pentru dreptate și demnitate umană. Aceste activități nu sunt doar despre informație, ci despre formare de caracter ⁸⁷ . |

⁸² Mitrofan, Mihai, *Teologia și Pedagogia Educației Creștine*, București, Editura Basilica, 2019.

⁸³ Chialda, Ion Cornel, „Educația nonformală, complementară celei formale, în viziunea Ortodoxă”, în *Revista Didactica*, nr. 12, 2017, pp. 10-14.

⁸⁴ Mitrofan, Mihai, *Teologia și Pedagogia Educației Creștine*, București, Editura Basilica, 2019.

⁸⁵ Ibidem, *Teologia și Pedagogia Educației Creștine*, București, Editura Basilica, 2019.

⁸⁶ Ion, V.; Popescu, L., *Manual 100 de idei de educație non-formală*, Organizația Națională Cercetășii României, 2013. Metodele de mediere sunt adaptate eticii creștine a îndreptării aproapelui cu iubire.

⁸⁷ Stoica, Elena, *Support curs Educație Nonformală*, Biblioteca Județeană Dâmbovița, 2015. Lectura reflexivă facilitează o experiență spirituală și morală, nu doar informativă.

| | |
|---|---|
| Activitate nonformală | Conexiunea cu viziunea ortodoxă |
| Ateliere de artă sacră (iconografie, muzică bisericească) (dreptul la cultură - Art. 31): | Dezvoltarea simțului estetic și cultural al copilului, orientându-l către frumusețea sfințeniei și a creației, înțelegând arta ca o fereastră spre transcendent ⁸⁸ . |

3. Metode și atitudini specifice profesorului de religie. Profesorul de religie folosește instrumentele nonformale⁸⁹ (jocul de rol, dezbateră, proiectele) nu doar pentru a transmite informații, ci pentru a facilita o experiență spirituală și morală⁹⁰.

- Paternitatea spirituală: relația profesor-elev este modelată de cea de părinte spiritual-fiu, punând accent pe ascultare activă și pe sfat⁹¹.
- Valorificarea tradiției: activitățile nonformale pot fi integrate în contextul marilor sărbători creștine, oferind oportunități unice de a lega drepturile copilului de practici concrete de credință (ex. vizita la o casă de copii în Postul Crăciunului).
- Pledoarie etică (Advocacy): în loc să se limiteze la citarea legilor, profesorul încurajează elevii să acționeze ca "martori ai dreptății" în mediul lor, militând împotriva nedreptăților din școală și comunitate, conform eticii creștine a îndreptării aproapelui cu iubire.

Concluzii

Prin îmbinarea metodelor nonformale cu fundamentul etic și teologic creștin, profesorul de Religie Ortodoxă transformă promovarea drepturilor copilului dintr-un simplu exercițiu civic într-un demers de înduhovnicire a societății. Aceste activități ajută copiii să înțeleagă că adevărata libertate și exercitare a drepturilor vin din responsabilitatea față de sine, față de aproapele și față de Dumnezeu, contribuind astfel la formarea unor cetățeni care trăiesc nu doar *după lege, ci după har*.

⁸⁸ Mitrofan, Mihai, *op. cit.*, 2019. Relația dintre artă și sacru este fundamentată pe calitatea de „părinte spiritual” a profesorului care ghidează elevul spre frumos.

⁸⁹ Ion, V.; Popescu, L., *Manual 100 de idei de educație non-formală*, Organizația Națională Cercetării României, 2013.

⁹⁰ Stoica, Elena, *Support curs Educație Nonformală*, Biblioteca Județeană Dâmbovița, 2015.

⁹¹ Mitrofan, Mihai, *Teologia și Pedagogia Educației Creștine*, București, Editura Basilica, 2019.

Bibliografie:

Borzea, I. (2015). *Bioetica și teologia morală*. Editura Reîntregirea.

Chialda, I. C. (2017). Educația nonformală, complementară celei formale, în viziunea Ortodoxă. *Revista Didactica*, 12, 10-14.

Mitrofan, M. (2019). *Teologia și Pedagogia Educației Creștine*. Editura Basilica.

Stăniloae, D. (2002). *Teologia Dogmatică Ortodoxă* (Vol. I). Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române.

Ion, V., & Popescu, L. (2013). *Manual 100 de idei de educație non-formală*. Organizația Națională Cercetării României.

Stoica, E. (2015). *Suport curs Educație Nonformală*. Biblioteca Județeană Dâmbovița.

EDUCAȚIA NONFORMALĂ: CUM ÎNVAȚĂ COPIII SĂ-ȘI FOLOSEASCĂ DREPTURILE

Grama Vasilica, profesor
Liceul Tehnologic "Grigore Moisil", Brăila, jud. Brăila

1. De ce nu este suficientă doar școala

În școala clasică (educația formală), copiii învață despre Drepturile Copilului citind Convenția ONU. Ei știu că au dreptul la educație sau la protecție, dar de multe ori le este greu să aplice aceste noțiuni în viața reală. Dreptul rămâne o teorie.⁹²

Educația nonformală vine ca un sprijin vital. Este vorba de activități care nu dau note și nu au un program rigid: cluburi, ateliere, tabere, sesiuni de peer-to-peer. Scopul educației nonformale nu este să le predea despre drepturi, ci să-i ajute să le trăiască și să le exerseze direct. Acest lucru le dezvoltă competențele civice și încrederea în sine.⁹³

1. Principiile cheie ale drepturilor vazute prin joc

Cele patru principii fundamentale ale Drepturilor Copilului (numite adesea devin acțiuni concrete prin ENF):⁹⁴

| Principiu (CRC) | Ce înseamnă în ENF | Activitate practică |
|------------------------------------|---|---|
| Nediscriminarea (Art. 2) | Să accepți și să valorifici diferențele dintre oameni. | Jocul "Cercul poveștilor" : fiecare copil împărtășește o tradiție sau o experiență unică legată de familia sa. La final, se discută despre cum toate aceste diferențe îmbogățesc grupul, nu îl separă. |
| Interesul superior (Art. 3) | Să iei decizii care sunt cele mai bune pentru toți membrii grupului, inclusiv pentru cei mai vulnerabili. | Simularea "Bugetul clasei" : grupul primește o sumă fictivă de bani și trebuie să decidă cum o împarte pentru activități. Se negociază și se argumentează, asigurându-se că <i>toți</i> copiii se simt incluși (ex. și copiii timizi, și cei cu dizabilități). |

⁹² Convenția Organizației Națiunilor Unite (ONU) cu privire la Drepturile Copilului (1989).

⁹³ Joița, Elena. Educația. Forme, fundamente, pedagogii.

⁹⁴ Trilla, Jaume. Educația în afara școlii. Domenii nonformale și educație socială.

| Principiu (CRC) | Ce înseamnă în ENF | Activitate practică |
|---|--|--|
| Dreptul la dezvoltare (Art. 6) | Să înveți cum să te exprimi, să gestionezi emoțiile și să te dezvolți complet. | Ateliere de inteligență emoțională: folosind metoda teatrului improvizat, copiii exersează exprimarea furiei, tristeții sau frustrării într-un mod sigur. Acest lucru dezvoltă reziliența și capacitatea de autoreglare emoțională. |
| Dreptul la opinie și participare (Art. 12) | Să fii ascultat și să ai puterea de a influența deciziile care te privesc. | Metoda "World café" (Cafeneaua mondială): Grupul se împarte la mese mici unde se discută subiecte diferite (ex. "Cum ar trebui să arate pauza ideală?"). Ideile circulă între mese, asigurând o participare echitabilă și producând o soluție finală colectivă. |

2. Exemple detaliate de activități centrate pe acțiune :

Educația nonformală folosește un set bogat de instrumente care transformă conceptele abstracte în experiențe practice.

A. Exersarea dreptului la protecție (Art. 19)

Acest drept, cel mai important în cazurile de risc (violență, abuz, bullying), trebuie exersat, nu doar explicat.

- **Activitate:** Teatrul forum (Stop & joacă):
 - **Context:** un scurt scenariu care prezintă o situație de *bullying* sau o problemă în familie este jucat de participanți.
 - **Mecanism:** facilitatorul oprește scena în momentul critic. Copiii din public sunt invitați să strige "Stop!" și să intre pe scenă, luând locul victimei sau al unui martor pasiv, pentru a arăta o soluție pozitivă și activă.
 - **Dezvoltare:** prin această repetiție, copiii învață cum să reacționeze ca martori activi (sau pro-sociali), dezvoltându-și curajul de a cere ajutor și de a interveni.

B. Exersarea dreptului la libertate de exprimare (Art. 13)

Libertatea de a spune ce gândești este esențială pentru democrație. ENF oferă un cadru de evaluare non-punitivă unde a greși nu are consecințe.

- **Activitate: "Linia punctelor de vedere":**
 - **Context:** facilitatorul trasează o linie pe podea, reprezentând un spectru de opinii (Dezacord total — Acord total).

- **Mecanism:** se citește o afirmație controversată legată de școală (ex: "Elevii ar trebui să decidă ce teme primesc"). Participanții se așază pe linie în funcție de cât de mult sunt de acord. Cei care stau la extreme trebuie să-și justifice poziția.
- **Dezvoltare:** această metodă stimulează gândirea critică și arată copiilor că poți fi ascultat chiar dacă ești în minoritate, învățând în același timp să respecte opoziția.⁹⁵

C. Exersarea dreptului la asociere și la schimbare (Art. 15)

Acest lucru înseamnă a fi un cetățean activ care contribuie la comunitate.

- Activitate: **Proiectul de acțiune comunitară** (Service learning):
 - **Context:** Tinerii identifică o problemă reală în comunitatea lor (ex. lipsa coșurilor de gunoi în parc, nevoie de ajutor pentru vârstnici).
 - **Mecanism:** Grupul folosește metode de soluționare de probleme (problem-solving) nonformale (ex. Brainstorming) pentru a planifica și implementa o soluție simplă. De exemplu, fac o petiție sau organizează o acțiune de ecologizare.
 - **Dezvoltare:** copiii înțeleg că drepturile implică și responsabilități. Ei capătă competențe de leadership, negociere și învață cum să interacționeze cu autoritățile publice.

4. Concluzie: ENF ca investiție în cetățenie

Educația nonformală nu este un lux sau un simplu mod de a petrece timpul liber. Este o investiție pedagogică strategică care dotează copiii cu instrumentele practice necesare pentru a naviga și a reuși în societatea democratică. Transformând drepturile din concepte teoretice în abilități de viață (cum să vorbești, cum să te aperi, cum să lucrezi în echipă), ENF asigură că viitoarea generație de cetățeni nu doar cunoaște ce i se cuvine, ci știe cum să acționeze pentru a-și face drepturile respectate.

⁹⁵ Sarramona, Jaume; Vázquez, Gonzalo; Colom, Antoni J. *Educația nonformală*.

Bibliografie:

I. Documente oficiale și legislație:

Comitetul ONU pentru Drepturile Copilului. (2013). *Comentariul general nr. 17 privind dreptul copilului la odihnă, timp liber, joc, activități recreative, viață culturală și arte (art. 31)*.

Organizația Națiunilor Unite. (1989). *Convenția cu privire la drepturile copilului*.

Parlamentul României. (2004). *Legea nr. 272/2004 privind protecția și promovarea drepturilor copilului* (republicată).

Parlamentul României. (2011). *Legea educației naționale nr. 1/2011* (cu modificările și completările ulterioare).

II. Literatură academică – educație:

Delors, J. (1996). *Educația – comoara ascunsă în interior* (Raportul UNESCO către Comisia Internațională pentru Educație pentru Secolul XXI).

Joița, E. (n.d.). *Educația. Forme, fundamente, pedagogii*.

Saranciuc-Gordea, L. (n.d.). *Educația nonformală: Suport de curs*.

Sarramona, J., Vázquez, G., & Colom, A. J. (n.d.). *Educația nonformală*.

Trilla, J. (n.d.). *Educația în afara școlii. Domenii nonformale și educație socială*.

III. Resurse pedagogice și ghiduri practice:

Consiliul Europei. (n.d.). *Compass – Manual pentru educația pentru drepturile omului cu tinerii*.

Institutul Român pentru Drepturile Omului, Salvați Copiii, & UNICEF. (n.d.). *Manuale/ghiduri de educație pentru drepturile copilului*.

