ASOCIAȚIA PĂRINȚILOR ȘI PROFESORILOR DIN COLEGIUL ECONOMIC "DIMITRIE CANTEMIR" SUCEAVA

Provocările adolescenței



– Numărul 3 / 2020 –

COLECTIVUL DE REDACȚIE AL REVISTEI

COORDONATORI: prof. Anca Paraschiva Iordache

prof. Melania Băbăscu

prof. Alexandra Reindl

COLABORATOR – SECȚIUNEA ELEVI: prof. Alina Delia Ciobîcă

TEHNOREDACTARE: prof. Alexandra Reindl

ISSN 2601 – 0712

Revista "Provocările adolescenței"

numărul 3 / 2020

CUPRINS

Secțiunea: Cadre didactice

Provocările adolescenței
prof. Anca Paraschiva Iordache, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 3
"Nu" în relația adolescenți – părinți
prof. Melania Băbăscu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 4
Drepturile părinților și privilegiile adolescenței
prof. Anca Paraschiva Iordache, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 5
Internetul și efectele asupra psihicului elevilor
prof. Mărioara Cocuța Bejinariu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 7
Aspecte psihologice și motivaționale în clasa de elevi
prof. Adina Curic, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 7
Rolul celor șapte ani de-acasă în viața adolescentului
prof. Irina Natalia Daniela Maxim, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 9
#stămacasă – de vorbă cu adolescentul meu
prof. Alexandra Reindl, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 10
Elevii – micii antreprenori prin firme de exercițiu
prof. Liliana Panaite, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 12
Modele de bune practici
prof. înv. preșcolar Ionela Sava – Răduca, Grădinița nr. 13 Focșani, județul Vrancea 14
Dependența de Internet
prof. Daniela Negrea, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 15
Perspective psihologice asupra adolescenței, etapă în dezvoltarea personalității
prof. Aida Ionica Oniu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 16
"Formare pentru o carieră de succes" pentru elevii Colegiului Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava
prof. Luminița Hagiu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 18
Bune practici privind educația interculturală
prof. Maria Bursuc, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 19
Alegerea viitoarei profesii
prof. Samoil Florea, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 22
Creativitatea, împreună cu voi, copiii !
prof. înv. preșcolar Ionela Gheorghiu, Grădinița nr. 13 Focșani, județul Vrancea 25
Limba noastră-i o comoară ! – proiect educațional
prof. Cristina Dranca, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 26
Matematică trans și interdisciplinar
prof. Oana Mihaela Ginghină, Școala Gimnazială nr. 1, com. Băleni, județul Galați 28
Sănătatea și alimentația
prof. Angelica Turculeț, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 30
Aspecte legate de munca individuală
prof. înv. primar Maria Nicoleta Dan, Școala Gimnazială nr. 13 Râmnicu Vâlcea, județul Vâlcea 32
Oamenii sunt egali – nu nașterea, ci virtutea face diferența
prof. Ana-Maria Popa, Liceul Tehnologic "Victor Mihăilescu Craiu" Belcești, județul Iași 33
Provocările adolescenței la educație prin teatru
prof. Gina Viorica Emanoil, Școala Gimnazială "G-ral Eremia Grigorescu", sector 4, București 34
Educarea gândirii critice și formarea virtuților intelectuale în școala românească de astăzi
prof. Iolanda Olariu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 36

Antreprenoriatul prin "Art Peisaj", o provocare pentru adolescenți
prof. Florența Bocanci, Colegiul "Vasile Lovinescu" Fălticeni, județul Suceava 41
Adolescența și criza maturității
prof. Elena Bunea, Liceul Tehnologic "Alexandru Ioan Cuza", Slobozia, județul Ialomița 43
De la conflict la iertare
prof. Paul Romașcu, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 44
Adolescența – vârsta marilor provocări
prof. Adriana Busuioc, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 45

Secțiunea: Elevi

Adolescența
Drăgoi Alexandra, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 47
Chip, nechip
Furtună Alina, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 47
Obsesie adolescentină
Ciobanu Cătălin Mihai, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 47
Inimă de adolescent
Duman Ramona, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 48
Modelul meu
Arhip Andreea, Liceul Tehnologic "Victor Mihăilescu Craiu" Belcești, județul Iași 48
Cine sunt eu ?
Bucată Tudor Cristian, Colegiul Național "Cuza Vodă" Huși, județul Vaslui 49
Celelalte fețe
Furtună Alina, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava 50
Adolescența
Vameșu V. Monica Ionela, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 50
Rezonanța iubirii
Rusu Violeta Iuliana, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 51
Genul nostru
Feraru Alina, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 51
Război între lumi
Feraru Alina, Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava 52

Secțiunea: Desenele elevilor..... 53

Nistoroaie Gheorghe 53
Anton Sebastian 53
Verhovetchi Vadim 53
Lukian Delia 53
Tipa Adriana 54
Abramov Ion 54
Gavrilovici Robert 54
Bucur Mario Cătălin 54

PROVOCĂRILE ADOLESCENȚEI

profesor Anca Paraschiva Iordache
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava



„Oamenilor (adolescenților) nu le pasă ce știm dacă nu știu că ne pasă." (John C. Maxwell)

Asociația Părinților și Profesorilor din Colegiul Economic „Dimitrie Cantemir" Suceava în parteneriat cu Inspectoratul Școlar Județean Suceava au organizat în data de 26 mai 2019, la Muzeul Bucovinei, Conferința „Provocările adolescenței", un eveniment dedicat părinților și profesorilor.

Invitații conferinței Daniel Cîrț, trainer parenting și Elena Târdea, inspector de specialitate în cadrul Centrului de Prevenire, Evaluare, Consiliere Antidrog Suceava au conferențiat pe tema „Cum să obții cooperarea adolescentului tău"și pe tema „Familia, factor de protecție în prevenirea consumului de droguri",

Interesul comun al participanților la conferință a fost învățarea de tehnici fundamentale de parenting în vederea creării unei stări de bine acasă și la școală pentru copiii și elevii lor, aflați într-o perioadă frumoasă, dar și provocatoare, cu schimbări fizice, psihice și sociale – adolescența.



Da, adolescența este o provocare, atât pentru copilul care ajunge la această vârstă, dar și pentru adulții care interacționează cu el. Adolescenții vin cu o serie de comportamente care par că se înrăutățesc de la generație la generație.

Părinții au o foarte mare putere asupra stării de bine a copiilor lor, prin timpul petrecut împreună și prin consistența mesajelor transmise. Părinții își pot influența copiii dacă se apropie de ei și continuă să le transmită valori puternice și mesaje pozitive. Studiile arată că pentru mulți [illegible] părinților este determinantă, mai puternică decât cea a prietenilor [illegible] sau a mass mediei. Copiii înșiși spun că părinții au cea mai [illegible] lor de a nu fuma, de a nu consuma alcool și droguri. Puterea părinților este mai mare decât se crede, de aceea părinții trebuie să joace un rol mult mai mare în învățarea, modelarea și supravegherea vieții copilului lor.

Părinții și profesorii prezenți la eveniment au învățat care sunt nevoile psihologice de bază ale adolescenților:

- de relaționare - nevoia de a iubi și de a fi iubit în mod necondiționat, nevoia de a fi văzut, valorizat, respectat, unic, nevoia de a contribui, de a aparține,



- de competență - nevoia de capabilitate, vreau să pot, vreau să mă simt în stare, vreau să știu, vreau să mă dezvolt,
- de autonomie - nevoia de a lua decizii, nevoia de a fi sursa propriilor acțiuni.

Modalitățile practice învățate de participanți pentru a-l face pe adolescent să coopereze sunt: ascultarea care presupune cunoașterea problemei reale, empatia, vulnerabilitatea, ascultarea activă fără critică. „Când te trezești în fiecare dimineață și iubești pe cineva care s-ar putea sau nu să răspundă iubirii noastre, a cărui siguranță nu o putem asigura, care poate rămâne în viața noastră sau poate să plece în orice moment fără să anunțe,care ne poate fi loial până în clipa morții sau să ne trădeze mâine – aceasta este vulnerabilitatea", spune Brene Brown.

Adolescenții au nevoie de iubire necondiționată. Din acest motiv trebuie să le spunem „Te iubesc", pur și simplu. Te iubesc, chiar dacă ai greșit. Indiferent ce faci, te iubesc. Iertarea și acceptarea sunt mai importante decât regulile. Părinții trebuie să le sublinieze unicitatea: „Tu ești unic, iubirea mea pentru tine este unică."

Pentru a obține rezultate școlare foarte bune părinții trebuie să le stimuleze perfecționarea, întărindu-le zona de excelență. oferindu-le experiențe noi.

Tinerii au nevoie de modele și din acest motiv părinții / profesorii trebuie să-și respecte cuvântul, să fie autentici, să facă și ceea ce le cer și să-și ceară iertare atunci când greșesc.

Pentru ca tinerii să aibă un comportament adecvat diferitelor situații, părinții trebuie să creeze reguli împreună, reguli pentru reguli, necesare, corecte și clare. Copiii ce fac parte dintr-o familie ce acordă sprijin Și îi

tratează ca pe un întreg, îndeplinindu-le nu numai nevoile fizice ci și pe cele psihice, emoționale sau spirituale, au șanse mai mici să adopte un comportament dăunător cum este consumul de droguri.



Realitatea ne arată că fiecare copil este unic, că nici un părinte nu poate fi perfect și că drogurile nu discriminează, dar este foarte important ca atunci când apare o problemă să se intervină din vreme, pentru că o intervenție la timp poate salva ani de durere și suferință. Părinții trebuie să fie tot timpul conștienți de copiilor!

Familia și școala joacă un rol esențial în dezvoltarea viitorului adult. Parteneriatul dintre cele două este foarte important pentru a forma adulți echilibrați și fericiți.

Participanții au învățat reguli pentru a recâștiga respectul neimpus și iubirea din partea adolescentului / adolescenților cu care interacționează în fiecare zi, în calitate de părinte sau profesor, cum să refacă o legătură profundă cu adolescenții.

"NU" ÎN RELAȚIA ADOLESCENȚI – PĂRINȚI

profesor Melania Băbăscu
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Când ai 15-16 ani sau pe acolo, crezi că ăștia sunt cei mai tari ani din viață. Și sunt, în felul lor! Dar pot fi și inconfortabili ca naiba. Important e să știi să te bucuri de ei și să lași lucrurile nasoale deoparte; după ce înveți din ele. N-o să le dai la BAC, dar s-ar putea să-ți fie de folos la un moment dat! Normal că nu e ușor, dar nu prea ai de ales. Tu știi clar ce vrei de la perioada asta, dar nimeni nu te ascultă, pentru că, desigur, ești prea "mic" ca să ai ceva de spus. Pont: Așa o să fie mereu, așa că învață să te strecori printre reguli, sarcini, interdicții, obligații. Chiar dacă tot ce auzi e că "trebuie" [illegible] încerci, ți se cam rupe! De fapt, de cele mai multe ori, ți se rupe tocmai pentru că "trebuie". Mai [illegible] îți iese și ție ceva. Atunci e bine să știi să profiți!

Părinții parcă au un manual de expresii enervante care se transmit din generație în generație și cu care îi scot din sărite pe copii. Mai ales când le repetă obsesiv. Nu mai vorbim de faptul că unele vorbe "de duh" îi marchează pe viață într-atât încât sigur le vor repeta și ei copiilor lor.

Iată câteva probleme pe care doar adolescenții cu părinți ultra protectori le înțeleg.

- când vrei să mergi undeva cu prietenii trebuie să dai explicații despre fiecare persoană din grup, să prezinți traseul detaliat, tot ce aveți de gând să faceți.
- încearcă să-ți impună reguli de vestimentație... și alte câteva: fără tutun, fără alcool, fără sex, fără telefon, fără opinii despre ce carieră vrei, fără... pretenția de a face ce vrei TU cu viața ta.

niciunul dintre prietenii tăi nu e suficient de bun.

- mai bine petreci timpul cu verișoara ta care are 10 pe linie și nu iese niciodată din cuvântul părinților. Poate înveți și tu ceva...

Când încerci să-i convingi să te lase să faci ceva amintindu-le că au fost și ei ca tine... răspunsul e tot NU. Tocmai pentru că au fost și ei ca tine și ei știu mai bine.

Iar tu îți petreci timpul încercând să găsești soluții pentru a cădea la pace cu ei

Am alcătuit un TOP expresii enervante pe care niciun copil nu vrea să le mai audă de la părinți:

Tu de ce nu poți fi ca alți copii?

Dacă nu ai nimic de zis, mai bine taci!

Nu mai visa la cai verzi pe pereți!

Eu am fost ca tine, tu n-ai fost ca mine

Eu te-am făcut, eu te omor!

Ce mă fac eu cu tine?

Eşti prea mic ca să înțelegi!

Vorbeşte gura fără tine!

Cât stai în casa mea, joci cum cânt eu.

Orice adolescent se confruntă cu strictețea părinților, așa că de multe ori apar discuții aprinse când vine vorba de ieşiri în oraş, de plecări cu prietenii sau de orice altceva implică lipsa controlului exercitat de adulți.

Greşeli ale adolescenților în relația cu părinții :

1. Ascunzi totul de ei. Chiar dacă pe moment pare mai simplu să faci asta, se creează un cerc vicios

2. Faci abuz de lacrimi şi crize de nervi când ceva nu îţi convine. Tu crezi că îi vei şantaja emoţional şi vor ceda, dar de fapt le întăreşti ideea că eşti un copil fragil şi nu ai maturitatea necesară să faci tot ce ţi-ai dori.
3. Nu faci nimic fără să ţi se ceară. Poate dacă ai arăta puţină iniţiativă prin casă, ai reuşi să-i faci să aibă mai multă încredere în tine şi să te vadă ca pe un adolescent din ce în ce mai responsabil.
4. Te contrazici şi te certi cu ei pe orice subiect, doar pentru că îi priveşti ca pe nişte adversari şi, din principiu, nu poţi fi de acord cu ei. Nici dacă au dreptate. O asemenea atitudine nu te va ajuta să le capeţi încrederea, ci doar să pui şi mai multă distanţă între voi.
5. Te complaci în a te gândi că pur şi simplu nu te înţeleg. Dar nici tu nu faci nimic pentru a-i înţelege pe ei. Dacă o să încerci să cultivi relaţia cu ei şi la un alt nivel şi o să renunţi la poziţiile de forţă, s-ar putea să ai o surpriză. Plăcută!
6. Refuzi compromisurile. Or, acestea sunt foarte importante în "lupta" cu strictetea părinţilor. Dacă la un moment dat o să faci ceva aşa cum vor ei, dând dovadă de maturitatea pe care ţi-o cer, data viitoare vei putea folosi asta ca pe o monedă de schimb.

Părinţii copiilor adolescenţi îi critică adesea pentru că nu le pasă, că devin dezinteresaţi de îndatoriri şi şcoală, că pun mai mult preţ pe discuţiile cu prietenii decât pe sfaturile familiei, că se pun în situaţii periculoase sau că încep să aibă deprinderi nesănătoase. Toate aceste comportamente au însă o explicaţie biologică şi au avut un rol important în supravieţuirea noastră ca specie, a explicat psihologul Diana Stănculeanu, în cadrul conferinţei Epic Talk, dedicată celor mai importante relaţii din viaţa noastră. Între acestea, şi relaţia cu copiii adolescenţi, care se simt aproape întotdeauna neînţeleşi de părinţii lor.

„În trecutul nostru ca specie, adolescenţa era la două minute de mijlocul vieţii. Era o perioadă care pregătea tânăra fiinţă umană pentru a-şi împlini potenţialul maxim, pentru a părăsi tribul parental ca să-şi întemeieze propriul trib sau propria familie, pentru a-şi putea asuma riscul de a se lupta cu tribul vecin sau de a se duce în pădure să vâneze Dumnezeu ştie ce. Era foarte mică această distanţă între copilărie şi maturitate şi momentul în care trebuia să împlinim potenţialul întreg al dezvoltării noastre. Şi, în infinita sa înţelepciune, cine ne-a creat, şi aici completaţi după propria ideologie, ne-a pregătit un pic pentru a putea să facem această trecere. Renegarea părinţilor, distanţarea faţă de familie este înscrisă în ge[illegible] supravieţuirii noastre. Evolutiv, a trebuit să putem să ne desprindem de părinţii noştri ca să putem să ne luăm viaţa în piept", spune psihologul.

Bibliografie:

Neale Donald Walsch- Conversaţii cu [illegible] Editura For You

DREPTURILE PĂRINŢILOR ŞI PRIVILEGIILE ADOLESCENŢEI

profesor Anca Paraschiva Iordache
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

Înţelegerea adolescenţei este extrem de importantă în contextul în care această perioadă de dezvoltare este privită de mulţi părinţi ca o perioadă cu probleme majore, în timp ce o vastă literatură de specialitate ne spune că aceasta este perioada cu cele mai complexe şi importante oportunităţi de dezvoltare.

Adolescenţa aduce cu sine nevoia de autonomie şi independenţă, dar în acelaşi timp şi nevoia de a păstra siguranţa şi dependenţa faţă de părinţi.

Majoritatea părinţilor din zilele noastre consideră ruptura dintre generaţii inevitabilă, şi totuşi, ei recunosc că temelia pentru o disciplină corespunzătoare şi pentru stabilirea unui sistem de valori sănătos este o comunicare corespunzătoare. Tendinţa manifestată de către adolescenţi este de a vedea totul în alb sau negru, astfel încât este de dorit să fie încurajaţi să vorbească despre credinţele şi perspectivele lor pentru a-i ajuta să identifice şi nuanţele de gri în opinii şi discuţii.

Adeseori, copiii se plâng că nimeni nu-i ascultă, că nimeni nu înţelege ceea ce simt ei, că sunt cicăliţi tot timpul şi mulţi părinţi joacă rolul unor sergenţi care comandă trupe cu care fac instrucţie. Nu e de mirare că astfel de părinţi sunt respinşi şi nu pot comunica eficient cu copiii lor. Adolescenţii au nevoie de relaţii sănătoase cu adulţii din jurul lor, caracterizate prin suport emoţional, acceptare, dar în acelaşi timp prin afirmarea şi susţinerea independenţei şi a maturizării.

Nevoile şi privilegiile adolescenţilor au primit atenţie încât nevoile şi drepturile părinţilor sunt adesea ignorate. Prin urmare, părinţii sunt nedumeriţi în privinţa distincţiei dintre drepturi şi privilegii în familie. Adolescenţii cer adesea privilegii pe care le consideră drepturi.

Prin urmare în majoritatea familiilor trebuie clarificate anumite subiecte. În strategiile discutate pornim de la premisa că adolescentul este un partener activ ce trebuie implicat în deciziile ce-l privesc.

De exemplu părinţii au dreptul de a-l opri pe adolescentul lor de la asocierea cu prieteni îndoielnici. Alegerea prietenilor este o problemă cunoscută. Mulţi părinţi cred că fiica lor nu trebuie să aibă prieten un anumit băiat sau că anumiţi prieteni îl îndreaptă pe o cale greşită pe copilul lor. Reacţia tipică a părinţilor este

interzicerea relației. Urmează resentimentul, amărăciunea și neînțelegerea care fac prietenia interzisă și mai mult dorită. Dezaprobarea îl va determina pe adolescent să-și ascundă prietenii. O soluție pentru părinți în această situație ar fi încurajarea adolescentului să-și aducă prietenii acasă. Aici, unde există legături de acceptare este locul unde adolescentul poate face comparații. Adolescenții trebuie să se simtă liberi să-și aleagă și să-și selecteze prietenii. Totuși, este dreptul părinților să intervină și să ia măsuri în cazuri extreme.

Părinții au dreptul de a-l priva pe adolescentul lor de privilegii pe care nu le-a câștigat. Ei consideră că retragerea privilegiilor este o metodă eficientă. Își păstrează adolescentul promisiunea legată de ora la care se întoarce acasă, sau dacă nu, dă telefon prin care anunță întârzierea? Își îndeplinește sarcinile fără să le amintească părinții sau să-i bată la cap? Are note acceptabile? Adolescentul care pierde vremea nu ar trebui să primească sau să aștepte privilegii. Părinții trebuie să comunice deschis și clar așteptările față de adolescent. Așteptările lor trebuie să fie realiste și totodată să se asigure că adolescentul știe ce se așteaptă de la el, cum să răspundă așteptărilor și e motivat să realizeze ceea ce doresc, adică așteptările părinților au relevanță și pentru el. Regulile trebuie stabilite împreună cu adolescentul. Responsabilitățile și drepturile trebuie renegociate ținând cont de abilitățile și interesele în schimbare ale adolescentului.

Părinții au dreptul să stabilească standarde legate de aspectul exterior al adolescentului lor. Orice campanie menită să zădărnicească dorința arzătoare a adolescentului de a arăta ca toți ceilalți este cu siguranță sortită eșecului. Părinții unui adolescent trebuie să înțeleagă faptul că acesta își schimbă aspectul exterior și îmbrăcămintea pentru a fi altfel decât părinții, pentru a atrage atenția și pentru ca mai apoi să se cufunde în mulțimea prietenilor lui. Răbdarea părinților este pusă la încercare de un adolescent care îmbrățișează fiecare nou capriciu cu la fel de mult entuziasm. Pe cât este posibil, părinții trebuie să le permită adolescenților să-și aleagă hainele. El simte nevoia să poarte ceea ce este important pentru el pentru a se simți acceptat în grup. Dacă îmbrăcămintea lui este prea ciudată, presiunea grupului lui de prieteni va realiza mai repede ceea ce părinții nu ar fi putut realiza niciodată.

Adolescentul consumă multă energie pentru a se conforma standardelor prietenilor lui, care ar putea fi modificate dacă s-ar simți acceptat în familie. Atunci când caută acceptare, adolescentul adoptă haine, coafuri și maniere pe care părinții le urăsc. Dacă refuză să-i ofere acceptarea de care are nevoie cu disperare din partea membrilor familiei, părinții îl vor face să-i imite și mai mult pe prietenii lui și să-și însușească mai multe stiluri ciudate.

Părinții au dreptul să stabilească reguli în privința întâ[illegible]le nocturne, unde merg, cu cine se întâlnesc, sunt întrebări foarte serioase pentru părinți. Ei ar [illegible] privilegiul întâlnirilor doar după ce au examinat factori precum: vârsta, încrederea pe care o ins[illegible]ea de a accepta responsabilitatea și comportamentul matur. Părinții înțelepți nu încearcă să interzică unui adolescent să aibă întâlniri stabile, ci păstrează canalele de comunicare deschise. Cu cât adolescentul se simte mai nesigur, cu atât cresc șansele ca el sau ea să caute o relație stabilă în efortul de a rezolva problemele pe care le întâmpină în relațiile de grup. Adulții trebuie să ajute adolescentul să rezolve problema de la rădăcină printr-o comunicare asertivă.

Părinții au dreptul de a aștepta de la adolescentul lor să dea tot ce are mai bun pentru școală și de a promova examenele de la final de ciclu școlar. Gestionarea timpul pentru pregătirea școlară trebuie monitorizată de părinți. Adolescenții este necesar să fie conștientizați de valoarea timpului prezent pentru a avea un viitor bun. Adolescența este o perioadă extraordinară pentru oportunități de învățare, atâta timp cât creierul este încă foarte maleabil. Prin urmare, este esențială atenția și implicarea adulților în oferirea de oportunități sănătoase de dezvoltare este esențială.

Părinții au dreptul să discute deschis cu adolescentul ca într-un context controlat și cunoscut să-l încurajeze să experimenteze lucruri constructive care să satisfacă dorința de explorare, entuziasm și chiar senzații tari.

Pentru a preîntâmpina „Depresia Facebook", definită de către specialiști ca fiind depresia dezvoltată atunci când preadolescenții sau adolescenții petrec considerabil de mult timp în mediul on-line, pe site-uri de interacțiune socială (Selfhout, Branje, Delsing, ter Bogt, Meeu, 2009), părinții au dreptul de a monitoriza timpul alocat mediului virtual. Rolul părinților este important în a media relația dintre adolescent și mediul on-line prin monitorizarea acestuia și prin dialogul deschis cu aceștia despre potențialele pericole ale acestuia. Totodată, discuțiile despre aceste aspecte pot servi ca oportunitate de comunicare a valorilor personale, atât ale adultului, cât și cele ale adultului în devenire.

Părinții au dreptul de a monitoriza tipul de muzică ce se ascultă în casa lor. Gustul muzical al unui adolescent și volumul la care ascultă muzica nu trebuie să le creeze disconfort celorlați membri ai familiei. Părinții pot oferi o îndrumare subtilă , fără să pară complet arbitrară.

Rolul părinților este să fie modele pentru adolescenți, dispuși să ofere sprijin și căldură alături de o monitorizare adecvată, în timp ce aceștia explorează lumea.

Adolescenții trebuie să fie susținuți să devină ceea ce își doresc și sunt pregătiți să devină, dincolo de așteptările părinților și imaginea lor ideală despre ei.

Bibliografie:

Nancy L.Van Pelt, Secretele părintelui deplin, Editura Viață și sănătate, 2002,

Daniela Dumulescu, Carina Matei, Adolescența explicată, Editura Alpha MDN, 2017
https://www.paginadepsihologie.ro/author/diana-stanculeanu/

INTERNETUL ȘI EFECTELE ASUPRA PSIHICULUI ELEVILOR

profesor Mărioara Cocuța Bejinariu
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Odată cu modernizarea tehnologiei computerizate a apărut o nouă dependență, și anume, dependența de internet sau de calculator. Elevii dependenți de internet ajung să petreacă foarte multe ore, chiar zile și nopți în fața calculatorului în detrimentul altor activități școlare pe care înainte le făceau cu plăcere.

Unii specialiști spun că dacă un elev stă pe internet zilnic între 1-5 ore (în afara obligațiilor școlii), sau dacă își reduce orele de somn, ori se trezește noaptea pentru a sta pe internet, sau în cazul în care nu poate accesa internetul face crize de nervi, este un semn de dependență.

Trăim într-o eră a tehnologiei, iar calculatorul a ajuns să reprezinte legătura noastră cu lumea. Ca orice lucru, folosirea calculatorului are atât avantaje, cât și dezavantaje. Dacă noi, adulții, avem capacitatea de a discerne și de a lua doar ce este bun, nu același lucru se poate spune si despre elevii noștri.

Iată câteva din avantajele utilizării calculatorului de către elevi:

- învață să caute și să utilizeze informația, folosind mai multe surse;
- își îmbogățește cunoștințele cu informații din domenii variate;
- cele mai multe jocuri dezvolta viteza de reacție, gândirea logică, spiritul competitiv;
- poate învăța prin joc (deci într-un mod plăcut și accesibil) culorile, cifrele, literele, figurile și formele geometrice etc.;
- învăța să folosească un instrument pe care îl va folosi în anii următori, la viitoarea slujbă și fără de care ar avea un handicap față de colegii de generație.

Folosirea calculatorului în mod nerațional are și dezavantaje:

- poziția în fața calculatorului poate duce la deformări ale coloanei vertebrale;
- își neglijează temele;
- lipsa de mișcare duce la obezitate;
- poate intra în contact cu persoane necunoscute [illegible]
- poate viziona materiale cu scene violente sau interzise minorilor;
- i se poate forma deprinderea de a lua totul "de-a gata" (referate, lucrări);
- nu mai este atras de lectură;
- tendința de a folosi în conversațiile cu prietenii forme și formulări care nu au nimic comun cu limba română; tendința de a accepta greșelile de scriere; "inventarea" unor noi reguli de scriere, care îl pot deruta în scrierea corectă;

Persoana care devine dependentă de utilizarea Internetului simte nevoia să petreacă din ce în ce mai mult timp on-line pentru a simți o stare de bine, de împlinire. În momentul în care nu are acces la Internet, această experimentează o varietate de emoții negative.

Acești elevi, ajung să aibă probleme de sănătate din cauza nerespectării unui program de odihnă și alimentație normal.

Elevilor noștri trebuie să le amintim mai des faptul că trebuie utilizat cu măsură deoarece Internetul îți poate fura identitatea, pentru că poate oferi mai multe identități.

ASPECTE PSIHOLOGICE ȘI MOTIVAȚIONALE ÎN CLASA DE ELEVI

profesor Adina Curic
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

„Întrebările simple sunt cele mai profunde. Unde te-ai născut? Unde este casa ta? Unde vei merge? Ce faci? Gândește-te la toate acestea din când în când și observă cum se modifică în timp răspunsul tău."(R. Bach)

Fiecare actor social are propria sa istorie de viață, fiecare fiind unic și irepetabil pe tot parcursul vieții sale. Orice persoană traversează o serie de etape în procesul personal de dezvoltare și autocunoaștere, fiecare etapă având un impact diferit asupra vieții acestora.

Cunoașterea și acceptarea de sine sunt elemente esențiale în funcționarea și adaptarea optimă la mediul social, în menținerea echilibrului său mental și emoțional.

Familia și școala sunt instituțiile cheie ce creează cadrul în care copiii și adolescenții se pot dezvolta armonios în funcție de dorințele, motivațiile și aptitudinile personale. Familia și școala devin astfel locul predilect unde elevul începe să se descopere pe sine, să-și contureze o imagine despre "ceea ce este el", locul

unde învaţă şi-şi dezvoltă încrederea în sine. Familia şi şcoala sunt de asemenea cadrul în care elevul îşi construieşte atât identitatea personală cât şi cea socială.

Dacă în familie " elevul" – copilul primeşte primele iniţieri în învăţarea "mersului" şi a raportării sale la realitatea în care trăieşte, şcoala vine să solidifice şi să construiască în continuare personalităţile "ucenicilor" săi. Un copil sau adolescent are nevoie să simtă că nu este necesar ca el să fie premiant sau olimpic pentru a fi iubit, respectat şi acceptat. Afecţiunea, aprecierea, respectul faţă de personalitatea fragilă a acestuia nu trebuie să fie condiţionate de performanţele şcolare sau de altă natură. Atât timp cât şcoala se va raporta apreciativ doar la elevii performanţi, pentru majoritatea elevilor această instituţie rămâne o ameninţare a imaginii de sine şi a stării de bine a acestora.

Cunoaşterea de sine se dezvoltă odată cu vârsta şi cu experienţele prin care trece fiecare persoană. Pe măsură ce acesta avansează în etate, el dobândeşte o capacitate mai mare şi mai acurată de auto-reflexie.

Clasa de elevi, scrie Adrian Neculau, este un grup de muncă specific, compus dintr-un număr de membrii egali între ei(elevi) şi dintr-un animator(profesorul), ale căror raporturi sunt reglementate oficial, de tipul sarcinii şi normele de funcţionare. Clasa de elevi oferă posibilitatea unor interacţiuni de tip faţă în faţă. Ca orice grup mic clasa de elevi posedă structuri ce-i conferă stabilitate. În cadrul interacţiunii membrilor se dezvoltă norme ce modelează comportamentele elevilor şi le face previzibile. Un rol important la nivel de clasă îl reprezintă şi "rol-statusul" jucat de elevi în colectivul respectiv. Orice clasă de elevi presupune existenţa unui obiectiv comun ce creează relaţii de interdependenţă funcţională între membrii săi. Membrii clasei se percep pe ei înşişi ca făcând parte dintr-un grup, iar elevii din alte clase îi identifică pe baza acestei apartenenţe. Pornind de la aceste premise, clasa de elevi este astfel un grup social, ce mediază de-a lungul anilor, la nivelul fiecărui membru, schimbări cognitive fundamentale. Integrarea socială, securitatea, nevoia de apartenenţă, reglementarea relaţiilor din interiorul grupului şi a celor intraindividuale sunt funcţii ale grupului, şi deci şi ale clasei de elevi, care modelează personalităţile membrilor săi, ajustându-le comportamentele deviante.

Orice comportament are la bază un anumit motiv, o anumită cauză. Deseori ne întrebăm de ce elevii nu sunt receptivi faţă de noul ştiinţific, de ce sunt atât de agresivi şi impulsivi în comportamente, ce îi determină să adopte o asemenea conduită?.Un motiv reprezintă o structură psihică, ducând la orientarea, iniţierea şi reglarea acţiunilor în direcţia unui scop mai mult sau mai puţin precizat. Motivele sunt cauzele conduitei noastre, mai exact cauzele interne ale comportamentului. Prin urmare este evidentă necesitatea studierii acestora în descoperirea cauzelor conduitei elevilor şi a motivaţiei lor [illegible] structiv educativ. Pe drept cuvânt după cum menţiona Ursula Schiopu, afectivitatea şi motivaţia [illegible] musculatura vieţii psihice. Repertoriul motivaţional al personalităţii este extrem de divers . El include: trebuinţe, impulsuri, dorinţe, intenţii, aspiraţii, interese.

Trebuinţele reprezintă expresia psihică a necesităţilor înnăscute sau dobândite ale omului. Impulsul se naşte odată cu trebuinţa şi constă din punct de vedere fiziologic în apariţia unei excitabilităţi accentuate a centrilor nervoşi corespunzători. Din punct de vedere psihologic impulsul se trăieşte ca o stare de activare, de tensiune, de pregătire a acţiunii. Impulsul declanşează un răspuns care reprezintă satisfacerea trebuinţei. Odată cu satisfacerea trebuinţei se reduce şi tensiunea din organism. Intenţia marchează orientarea motivului spre scopuri sau proiecte. Intenţia reprezintă ceea ce individul încearcă să facă. (există intenţii imediate, pe termen scurt sau intenţii pe termen lung).

Scopul reprezintă prefigurarea mentală a rezultatului, a efectului dorit. Scopul nu trebuie identificat cu motivul. În timp ce motivul este factorul declanşator al acţiunii, scopul este anticiparea, proiecţia punctului terminus al acţiunii. Interesul este o componentă motivaţională complexă, care exprimă orientarea activă, relativ stabilă a personalităţii spre anumite domenii de activitate, obiecte sau persoane. Interesele se formează în timpul activităţii, în strânsă legătură cu trebuinţele, intenţiile, scopurile, aspiraţiile dar şi cu aptitudinile persoanei. Trebuinţele, dorinţele, intenţiile sunt puternic influenţate de mediul şi experienţa socială. Ele se diversifică şi se complică foarte mult.

Una din cele mai cunoscute şi vehiculate teorii motivaţionale este cea a psihologului american, de factură umanistă, Abraham Maslow, cunoscută sub denumirea de piramida trebuinţelor ce stau la baza activităţii umane. Maslow repartizează aceste trebuinţe în două mari categorii: **trebuinţe de deficienţă** (care apar în urma unei lipse şi care includ – trebuinţele de ordin fiziologic: foamea, setea, trebuinţa sexuală; trebuinţe de securitate: apărare, protecţie, echilibru emoţional; trebuinţe de iubire şi apartenenţă: trebuinţa de a fi acceptat, de a aparţine unei comunităţi, trebuinţa de a primi şi de a oferi afecţiune; trebuinţe de stimă : trebuinţa de a beneficia de aprobare şi recunoaştere, trebuinţa de prestigiu, trebuinţa de a atinge obiective) şi **trebuinţe de creştere** (care exprimă dorinţa omului de a avea succes, de a şti, de a-şi satisface aptitudinile şi care includ – trebuinţele cognitive: trebuinţa de a înţelege, de a cunoaşte, de a explora; trebuinţe estetice: trebuinţa de frumos, de ordine; şi trebuinţele de autorealizare: trebuinţa de a-şi realiza potenţialul creativ, de a găsi autoîmplinirea).

Dinamica trebuinţelor nu este una haotică ci este regizată de câtea reguli: - o trebuinţă devine forţa motrică a comportamentului dacă nu este satisfăcută; pentru a trece la o trebuinţă superioară, cea anterioară ei trebuie satisfăcută cel puţin în proporţie de 25%; cu cât urcăm mai mult spre vârful piramidei cu atât este vorba de trebuinţe mai specific umane; nu există fiinţă umană care să poată străbate toate treptele piramidei.

Cercetările au arătat că ordinea trebuinţelor nu este întotdeauna aceiaşi. Vârsta şi trăsăturile de personalitate pot determina modificări în ceea ce priveşte prioritățile motivaţionale. În pubertate specifice sunt trebuinţele de securitate, precum şi cele de dragoste şi de afiliere la grup. În adolescenţă , întregul set este prezent, critice fiind trebuinţele sinelui(de cunoaştere şi estetice). În adolescenţa prelungită se manifestă cu pregnanţă trebuinţa de autorealizare. În tot acest repertoriu al vârstelor şcolare pe care le traversează individul şcoala şi dascălii săi devin repere fundamentale şi modele direcţionale în motivarea şi stimularea intelectuală a acestuia. Şcoala, profesorii pot contribui la formarea unor aspiraţii, a unui eu ideal superior. Dascălii au menirea de a facilita construirea unei imagini de sine corespunzătoare, de a favoriza o justă autocunoaştere a propriilor posibilităţi. Nivelul de aspiraţie al fiecărui elev trebuie să fie în concordanţă cu propriile lui posibilităţi şi aptitudini. Nivelul de performanţă se referă la aşteptările, scopurile sau pretenţiile unei persoane, privind realizarea sa viitoare într-o sarcină dată, el este suveran aptitudinilor şi forţei de voinţă ale fiecăruia, însă este foarte mult influenţat de contextul social în care activează individul. De aceea şcoala, clasa de elevi chiar prin intermediul cadrelor didactice au un efect fie pozitiv, fie negativ asupra nivelului de aspiraţie al elevilor. De exemplu elevul care face parte dintr-o clasă cu nivel scăzut are de obicei aspiraţii şcolare mai limitate decât acela dintr-o clasă cu rezultate deosebite. Experienţele efectuate au arătat că succesele obţinute duc la creşterea nivelului de aspiraţie, pe când eşecurile au drept urmare scăderea pretenţiilor. Un nivel de aspiraţie adecvat depinde de aprecierea corectă a propriilor posibilităţi, căci supraestimarea poate conduce la o viaţă plină de eşecuri, iar subestimarea te face să ratezi ţeluri realizabile. De aceea dascălii trebuie să ajungă la o bună cunoaştere a discipolilor şi prin aprecieri bine motivate să le consolideze o imagine de sine obiectivă şi corectă. Când vorbim de rolul jucat de motivaţie în procesul educativ instructiv trebuie să precizăm de ce natură sunt motivele care îl determină pe educabil să acţioneze.

Pe de altă parte putem vorbi de o motivaţie intrinsecă, ce aparţine direct educabilului şi care are impactul cel mai puternic asupra procesului educativ-instructiv al acestuia - în acest caz învăţarea, dobândirea de noi cunoştinţe interesează în mod direct educabilul.

„Nu putem direcţiona vântul, dar putem direcţiona direcţia vâslelor". (Vince Lombardi)

Bibliografie:

1. Băban A.(2001), *Consiliere educaţională*. [illegible] Napoca;
2. Iacob, L., Cosmovici, A.(1998), *Psihologia* [illegible] Iaşi;
3. Munteanu A. (2003), *Psihologia copilului* [illegible] Augusta, Timişoara;
4. Monteil, J.M. (1997), *Educaţie şi formare*, [illegible]

ROLUL CELOR ŞAPTE ANI DE-ACASĂ ÎN VIAŢA ADOLESCENTULUI

profesor Irina Natalia Daniela Maxim

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

Educaţia este un demers care presupune atenţia şi implicarea în mod activ şi conştient a părinţilor pentru a forma comportamentul şi personalitatea copilului. Conform Valeriei Mahok, "*Diploma celor şapte ani de-acasă ai copilului exprimă calificativul părinţilor.*", lucru care se referă la faptul că baza formării unui comportament corespunzător al copilului constă în relaţia afectivă care se dezvoltă între părinţi şi copil. Când spunem că un copil are cei şapte ani de-acasă, ne referim la buna sa creştere: la diferitele moduri de a aborda şi de a se adapta la situaţia pe care mediul înconjurător o impune, respectiv la prezenţa unui comportament cuviincios în preajma atât a adulţilor cât şi a celor de vârstă apropiată.

Bunele maniere şi regulile morale reprezintă cheia către succesul adaptării copilului în diversele cadre sociale: o floare îngrijită riguros are toate şansele să înflorească frumos şi sănătos faţă de una care nu primeşte tratamentul corespunzător. Aceasta din urmă, nu poate dezvolta nimic altceva decât buruieni, fie se poate stinge din viaţă.

Pentru ca bobocul nostru de floare să crească şi să se dezvolte armonios, părinţii au datoria de a-l îngriji cu dragoste deoarece iubirea îi conferă senzaţia de protecţie şi încredere de sine iar această idee de siguranţă îi deschide poarta spre învăţarea şi asumarea regulilor de comportament. A-l învăţa bunele maniere este însă un proces de durată, care va prinde contur în fiecare zi, iar cele mai bune ocazii pentru a îndruma copilul în direcţia corectă sunt întâmplările curente din spaţiul familial: masa alături de membrii familiei, desfăşurarea de activităţi interactive având în vedere definirea, explicarea şi aplicarea conceptului de bine şi rău, expunerea regulată a copilului la mediul social, toate acestea fiind urmate de o reacţie din partea părinţilor care poate consta fie în atribuirea şi explicarea unei recompense în urma manifestării unui comportament adecvat, fie în oferirea şi argumentarea unei pedepse în funcţie de gravitatea manifestării comportamentului inadecvat.

Crescând alături de familia sa, copilul integrează: roluri şi comportamente acceptate şi aşteptate de societate iar valorile şi normele pe care părinţii le expun copilului fac din aceştia un model pe baza căruia copilul va interacţiona cu mediu şi lumea din care face parte. Copii au nevoie de un mediu ordonat, controlat şi

predictibil care să le ofere sentimentul de stabilitate, siguranță, căldură și protecție pentru a reuși să treacă în a doua treaptă a vieții, cea a adolescenței, fără a dezvolta diferite probleme de integrare socială.

Perioada adolescenței este una de tranziție, plină de stres și neliniște atât pentru adolescenți cât și pentru părinți, dar asta nu înseamnă că această etapă nu are și părțile ei frumoase. În timpul pubertății, chiar și în cele mai bune condiții adolescentul poate fi tentat de diferite aspecte ale vieții, precum consumul de alcool, tutun sau chiar droguri fie de întreținerea de relații sexuale de la o vârstă considerată încă fragedă. Un posibil răspuns pozitiv referitor la aceste tipuri de provocări se poate explica prin faptul că tinerii sunt asaltați de trăiri și sentimente cu totul și cu totul noi, fiind în permanență supuși și expuși la presiunile făcute fie de părinți sau profesorii de la școală, fie de anturajul din care fac parte.

Pentru a evita ca un adolescent care are o educație bună să recurgă la aceste tipuri de comportamente, intervenția părinților este considerată necesară și obligatorie fiindcă este de datoria lor ca adolescentul să trăiască armonios și sănătos într-un cadru social, iar pentru aceasta trebuie să fie îndeplinite diverse condiții precum: multiple discuții cu părinții referitoare la alegerea oamenilor cu care adolescentul ar putea să se asocieze deoarece este foarte important ca aceștia să știe cum își dorește copilul lor să socializeze și ce tipuri de oameni preferă fiindcă, dacă el se asociază cu un grup în care este judecat și arătat cu degetul pentru că nu este fumător, spre exemplu, reacția pe care adolescentul o poate prezenta va fi una care se va manifesta în defavoarea lui, respectiv va fi nemulțumit și va recurge la normele impuse de către acel grup pentru că altfel nu se va putea integra și de aici el poate întâmpina și dezvolta grave probleme care au de-a face cu stima și încrederea de sine, considerându-se astfel, incapabil să ia parte la activitatea socială.

Din păcate, există foarte multe cazuri de copii care nu au avut parte de o educație și de un tratament propice dezvoltării corecte și concrete, care au crescut fie singuri din cauza absenței figurii parentale, fie părinții au îndeplinit un simplu rol formal și nu le-au acordat atenția, dragostea și dedicarea de care ar fi avut nevoie. De obicei, acești copii ajung să devină victimele perioadei adolescenței deoarece ei nu au cunoștințele necesare și nici încrederea de sine suficientă pentru a se putea adapta și integra în cadrul social. Prin urmare, după o reacție de respingere permanentă care va crea o dezamăgire profundă în sufletul adolescentului, el va dezvolta o frustrare care va fi principalul factor de stres și implicit, va dobândi o hipersensibilitate generată de lipsa de înțelegere și afecțiune atât din partea familiei cât și din partea mediului social care poate duce la un comportament distructiv precum: depresie, [illegible] și chiar auto-mutilare sau sinucidere.

Referitor la momentele frumoase ale [illegible] pot lua diferite forme însă cu condiția ca adolescentul să țină cont și să se axeze pe educația [illegible] atât de părinți în primii ani din viață, cât și de profesori. Astfel, ștafeta este dată mai departe profesorilor care au misiunea de a-i ghida pe elevi spre a dobândi competențele necesare pentru ca aceștia să poată să pășească ferm și cu încredere pe aleea vieții atât socială cât și pe cea educațională a mediului academic ca mai apoi să se realizeze în plan familial și profesional. Frumoase sunt acele momente în care adolescentul își împărtășește sentimentele și trăirile, în care el este deschis spre lume și este dispus să se plieze pe necesitățile celor din jur în urma unui răspuns pozitiv reciproc, precum: prima dragoste, prima ieșire în oraș cu prietenii, petrecerile și excursiile organizate atât în cadrul școlii cât și în afara acesteia, activitățile extracurriculare pe care ei le pot întreprinde alături de cei dragi în diferite domenii axate pe teatru, dans, muzică, sporturi și jocuri interactive, toate acestea având scopul de a deschide mintea și de a alina sufletul.

Așadar, cei șapte ani de acasă prezintă o deosebită importanță și îndeplinesc un rol major în dezvoltarea trupului, a sufletului și a minții umane deoarece în absența lor, omul poate suferi treptat o pierdere a propriei umanități și în acest fel rasa umană în sine nu va putea atinge cele mai înalte culmi ale evoluției.

Educația poate fi deci, asociată cu o emblemă pentru că își pune amprenta pe tot parcursul vieții omului și pe ceea ce el va reprezenta în societatea din care va face parte și nu trebuie uitat că aceasta începe cu cei șapte ani de acasă.

#STĂMACASĂ – DE VORBĂ CU ADOLESCENTUL MEU

profesor Alexandra Reindl
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Adolescența este o perioadă grea. Iar adolescența în timpul pandemiei este și mai grea. Tinerii resimt puternic lipsa prietenilor, restricțiilor, anxietatea. Psihologii avertizează că efectele acestei perioade asupra adolescenților vor fi profunde. Cu școlile închise și evenimente anulate, mulți adolescenți ratează activități importante, dar și interacțiuni obișnuite, de zi cu zi, cum ar fi discuțiile cu prietenii sau participarea la clasă, a declarat UNICEF.

Dincolo de numeroasele limitări pe care pandemia le-a general, situația de izolare poate fi, de asemenea, o oportunitate extraordinară pentru adulți de a-i sprijini pe copii să învețe noi modalități de rezolvare a

problemelor, de exersare a flexibilității / adaptabilității, dar și de a dezvolta empatia și compasiunea față de ceilalți.

Suspendarea activității școlare poate fi privită ca o oportunitate de a îmbunătăți relația dintre părinți și copii. Timpul unu la unu este gratuit și distractiv. Copiii își dau seama că sunt importanți și se simt iubiți și în siguranță. O regulă vitală este *Închideți televizorul și telefonul în momentele dedicate copilului dvs.*:

- petreceți timp cu fiecare din copiii dvs. – poate fi vorba și numai de 20 de minute, dar petreceți zilnic timp de calitate cu copilul dvs.; ideal ar fi să fie în același interval orar, astfel încât copiii și / sau adolescenții să îl aștepte cu nerăbdare;
- întrebați-vă copiii ce își doresc să facă – prin faptul că îl lăsăm să aleagă le construim încrederea în sine; dacă își doresc un lucru care însă încalcă regula păstrării distanței fizice de alții, aceasta este ocazia potrivită pentru a discuta cu ei despre acest lucru;
- activități pe care le puteți face împreună cu adolescentul dvs.:
    - vorbiți despre un subiect care îi interesează: sport, muzică, televiziune, celebrități, prieteni;
    - gătiți împreună ceva ce vă place;
    - faceți împreună exerciții, în timp ce ascultați melodia lor preferată;
    - citiți o carte sau uitați-vă la fotografii;
    - dansați ascultând muzică sau chiar în timp ce cântați;
    - faceți împreună o activitate de-a casei – faceți curățenie, gătiți, ș.a.
    - ajutați-l la sarcinile școlare.

În perioada de izolare datorită pandemiei, UNICEF a venit în ajutorul nostru cu *șase strategii* pentru tinerii care de confruntă cu noua normalitate temporară – izolarea în casă alături de părinți și închiderea școlilor.

Strategia nr. 1 – Acceptați că anxietatea este absolut normală

În primul când trebuie să înțeleg că nu suntem singurii care simt anxietate în această perioadă. De fapt, chiar este o reacție normală. De ce? Pentru că anxietatea este o funcție normală și sănătoasă, care ne alertează în caz de pericol și ne ajută să luăm măsuri de protecție. Starea de anxietate îți spune clar: nu ai voie să îți petreci timpul cu alte persoane, trebuie să te speli pe mâini și să nu îți atingi fața. Încet, se activează și mecanismul – "ai grijă de ceilalți oameni din comunitate".

Strategia nr. 2 – Diversificați-vă activitățile

Atunci când se aflăm în situații dificile [illegible] împărțim problemele în două categorii: cele în privința cărora putem face ceva și cele în [illegible] face nimic. Cum putem face față situației actuale ? să ne ocupăm timpul cu diverse activități [illegible]le, să vedem un film preferat sau să citim o carte înainte de culcare.

Strategia nr. 3 – Găsiți noi căi să țineți legătura cu prietenii

Putem să petrecem timpul cu prietenii noștri, cu menținerea de distanță socială – prin rețelele de socializare. Tinerii sunt foarte creativi – de exemplu, se dau în vânt după provocări de tipul Tik-Tok. Totuși, specialiștii avertizează faptul că accesul nelimitat la ecrane și rețele sociale nu este o idee extraordinară pentru că nu este nici sănătos, nici inteligent, dar și poate amplifica anxietatea.

Strategia nr. 4 – Faceți lucruri pentru voi înșivă

Acum este momentul că facem ceva ce în mod normal nu aveam timp: să învățăm ceva nou, să citim o carte, să studiem la un instrument muzică, ș.a. Ni se recomandă să găsim modalități de a folosi timpul nou-găsit, dar să ne și protejăm sănătatea mintală în mod productiv.

Strategia nr. 5 – Dați frâu liber sentimentelor

Este foarte frustrant că ratăm evenimente importante cu prietenii noștri și nu numai. Este normal să fim supărați. Cum facem face acestor dezamăgiri ? Să le permitem să le simțim. E normal să avem sentimente dureroase, dar trebuie să le trăim și să le înfruntăm direct. Putem fi triști, trebuie să ne permitem să fim triști ca această tristețe să treacă mai rapid și apoi să începem să ne simțim mai bine. Atenție, fiecare își manifestă sentimentele în felul său.

Strategia nr. 6 – Fiți buni cu voi și cu ceilalți

Din păcate, și în situație de pandemie, unii adolescenți au fost supuși bullying-ului. Dacă observăm că un prieten este supus intimidării, abordați-l și încercați să-i oferiți sprijin, doar dacă și doar online. Dacă nu facem nimic, victima va simți că toată lumea este împotriva sa sau că nimănui nu îi pasă. Uneori, cuvintele noastre, care nouă ni se par mici, fără mare importanță, pot schimba lucrurile în bine pentru cel de lângă mine.

Alții specialiști au stabilit principii după care ne putem construi relația cu propriul copil. Dintre aceste, sintetizăm:

Rămâneți calm, ascultați-vă copilul și oferiți-i încurajări! Copilul va reacționa și va prelua reacțiile părintelui, el învață prin exemplul pe care părintele îl oferă. Copiii preiau și învață mai degrabă prin comportamente și emoții, decât prin cuvinte. Părintele oferă modelul de urmat, nu prin ceea ce spune, ci prin ceea ce face și cum reacționează la situație. Încurajați copilul, atunci când acesta preia și pune în practică comportamentele dorite, în loc să îi evidențiați doar greșelile pe care le face. Vom sta de vorbă cu adolescentul nostru despre efectele respectării distanței sociale și cum aceasta ajută la oprirea sau încetinirea transmiterii

bolii; aceste informații îi ajută pe copii să înțeleagă sensul acestei măsuri și, astfel, să o accepte și să o pună în practică mai ușor. Deși poate părea dificil, încercați să accentuați aspectele pozitive ale situației. Bucurați-vă de petrecerea timpului împreună, ca familie.

Monitorizați constant consumul de TV și social-media. Este vorba, în egală măsură, de propriul timp pe care îl alocați vizionărilor TV și consumului de internet, cât și cel al copilului. Urmărind în mod constant știri, va crește durata expunerii și intensitatea trăirilor de teamă sau neliniște. Accesarea de informații neadecvate sau în exces pot, de asemenea, să genereze neliniște, confuzie și frică. Explicați adolescenților faptul că multe articole din social-media conțin doar simple zvonuri și chiar informații eronate. În special, adolescenții pot acces on-line sau de la prietenii lor, pe grupuri, o cantitate mare de informații pline de inexactități. Vorbiți cu copiii despre sursele verificabile de informații.

Stați de vorbă cu copilul dvs. Este firesc să fim obosiți, dar faceți-vă timp să le vorbiți copiilor. Este foarte posibil să percepeți acest lucru ca un efort, însă, e posibil ca acest efort să vă scutească, în viitor, de a gestiona stări emoționale negative ale copilului. Oferiți-le informațiile pe care specialiștii le consideră ca fiind esențiale pentru siguranța fizică și emoțională a copiilor dvs. Adolescenții absorb informațiile în cantități mari și în mod constant, din toate sursele disponibile; ei pun multe întrebări – atunci când pun întrebările, fiți acolo și oferiți-le răspunsurile pe care altfel, le vor căuta în altă parte. Fiți corect în ceea ce îi spuneți adolescentului – de multe ori, copiii își imaginează situațiile ca fiind mai rele decât realitatea; prin urmare, oferirea unor informații adecvate nivelului de dezvoltare și înțelegere le poate reduce temerile. Oferiți copilului explicații simple, dar precise. Copilul de toate vârstele trebuie să fie încurajat să își verbalizeze gândurile și sentimentele. Fiți un bun ascultător.

Rămâneți conectat cu școala. Deși este școală on-line, respectiv va urma vacanță, țineți legătura cu dirigintele copilului dacă aveți îngrijorări. Există resurse educaționale care oferă multe activități gratuite de învățare pentru copiii. Capacitatea școlilor de a oferi copiilor lecții virtuale va varia foarte mult, dar cele mai multe școli oferă astfel de lecții și activități de învățare pentru copii.

Adolescența este, prin definiție, o etapă potențial tumultoasă în viața unui om, iar în situații-limită se poate observa și mai bine ce fel de reacții au adolescenții la stres. Ei pot ajunge să aibă izbucniri, să se comporte neglijent, să adopte o atitudine opozițională, un comportament rebel sau să aibă tendințe către depresie sau abuz de alcool, tutun sau alte substanțe. Este necesar ca părinții să investească timp în a discuta cu adolescenții pe larg despre fenomenul epidemiei și efectele sale în diferitele aspecte ale vieții oamenilor. Să le pună la dispoziție mijloace de informare, să-i îndemne să adreseze întrebări și să găsească răspunsuri. Mai mult timp de stat acasă înseamnă mai mult timp dedicat coeziunii familiei, posibilității rezolvării unor probleme sau conflicte și posibilitatea dezvoltării multilaterale a adolescenților. Este și o oportunitate să-și acorde timp singuri cu ei înșiși și să-și cultive, astfel, autonomia în situații în care petrecerea timpului cu alte persoane nu este posibilă.

ELEVII – MICII ANTREPRENORI PRIN FIRME DE EXERCIȚIU

profesor Liliana Panaite
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Educația și dezvoltarea abilităților antreprenoriale încă de pe băncile școlii facilitează parcursul pe drumul de la idei la oportunități și idei de afaceri. Întrucât antreprenoriatul este în prezent un termen destul de complex, în forma actuală, acesta este procesul de creare a unei noi afaceri care va oferi valoare produselor și serviciilor oferite clienților și va aduce beneficii firmei. Un antreprenor este o persoană fizică sau juridică care se obligă, pe baza unor clauze și condiții contractuale, să execute diferite lucrări (de producție, prestare de servicii) în beneficiul altei persoane sau organizații, în schimbul unei sume de bani dinainte convenite.

Dar oare era atât de semnificativă această explicație pentru elevi în trecut? Nu prea credem asta... Încă de mici copii, când elevii asistă, prin lecții vizită, la activitățile unor agenți economici, în market-urile care par o imensă lume, condusă de o singură persoană, au și ei umila dorință de a fi la fel de importanți. Visează să fim mari șefi, încât nimeni să nu le poată contesta acțiunile și să aibă, așa zisa, „putere supremă". Acum, au o astfel de oportunitate de a descoperi o altă latură, mai complexă, a economie, fapt ce îi ajută să devină posibili antreprenori, poate chiar de mare anvergură. De ce și nu..? Astăzi, încă de pe băncile școlii, prin firme de exercițiu și apoi în ani de studenție prin întreprinderi simulate, inițierea în ceea ce presupune antreprenoriatul este o adevărată provocare.

Vor elevii să înființeze propria firmă? Ideea de afaceri este nemaipomenită! Dar oare știu ce presupune cu adevărat să fii antreprenor...? Atunci când vine vorba de carieră, le este greu să își dea seama ce vor cu adevărat, să fie angajați sau antreprenori? Dispun de ceea ce este necesar pentru a porni propria afacere sau doresc să fie angajații cuiva în funcție de meseria pentru care optează? Știu că rolul principal în antreprenoriat îl joacă antreprenorul, persoana care știe cel mai bine că într-o economie de piață, cel care are o idee bună și o valorifică corespunzător câștigă, cine are o idee proastă poate pierde, dar totuși. „cine nu riscă... nu câștigă", așa

că, acest proces trebuie derulat practic, bazat pe cunoștințele, competențele, abilitățile pe care le deține fiecare persoană.

Bineînțeles a fi antreprenor, chiar și într-un mediu virtual, înseamnă de cele mai multe ori să ai parte de o mulțime de avantaje: vei avea ocazia să fii propriul tău șef, îți vei stabili *singur* programul de lucru, vei putea lua *singur* decizii, vei lucra cu oamenii pe care i-ai angajat tu și vei avea șansă să descoperi cum poți câștiga bani, fie ei și virtuali. Cu toate că atunci când spui „singur" predomină în cadrul avantajelor, a avea propria întreprindere nu presupune doar munca unui singur individ. Antreprenoriatul constă în formarea unei echipe, care va reuși, împreună cu managerul lor, să-și promoveze domeniul de activitate. Pentru a beneficia de toate aceste aspecte și pentru a putea fi un antreprenor de succes trebuie să dispui de o serie de calități:

- **Determinare puternică și perseverență** care ajută un antreprenor să facă față oricăror greutăți pe care alte persoane le-ar considera imposibile și chiar pot compensa lipsa de experiență și de îndemânare a personalului angajat;
- **Dorința de a câștiga:** Antreprenorii examinează o situație, determină cum își pot mări șansele de câștig și trec mai departe;
- **Inițiativă și responsabilitate:** Antreprenorii au fost întotdeauna considerați persoane independente, ei caută și preiau inițiativa, se pun în situații în care sunt personal răspunzători pentru succesul sau eșecul întregii operațiuni.
- **Toleranța pentru eșec**: Eșecul este folosit ca o experiență din care poți învăță ceva.

Ce fac diferit antreprenorii de succes? Marii antreprenori nu scriu cărți. De ce? Pentru că ei sunt prea ocupați să inoveze, nu să scrie. Și când totuși își fac timp să scrie, povestesc despre cum au implementat ideea lor de afacere, nu despre cum au găsit-o. Iată câteva idei inspirate de la antreprenori de succes, din rândul firmelor de exercițiu:

1. **Uită-te la cum gândesc marii antreprenori, nu la ce fac.** Fiecare antreprenor are stilul lui de a reuși în afaceri. Procesul de creare al unei firme arată cam așa :

A. Dă-ți seama ce vrei să faci cu adevărat.
B. Parcurge un pas mărunt către idealul tău.
C. Gândește-te la ce ai învățat.
D. Construiește.
E. Parcurge un alt pas.

Și tot așa. Pe scurt: *Acționează. Învață. Repeți. Învățăcționează*, învață din ceea ce fac și acționează din nou. Astfel o firmă de exercițiu cu obiect de activitate amenajare peisagistică, înființată în anul 2012, a ajuns astăzi o firmă apreciată pentru activitatea sa, o firmă ce s-a remarcat inclusiv prin participarea la Competiția Business Plan, etapa națională, în anul școlar 2018-2019.

2. Pornește cu o necesitate a pieței. Să găsești idei este ușor. Dacă începi cu o idee, trebuie să găsești clienți. Dacă începi cu o necesitate, deja ai o piață - oamenii care au nevoie de acel produs sau serviciu. Plecând de la o astfel de idee, la momentul actual, în domeniul alimentației publice se dezvoltă idei noi și se desfășoară activități specifice FE, pentru un restaurant adaptat nevoilor și cerințelor clienților „mereu grăbiți".

3. Folosește noi tehnici de marketing. Elevii vor căpăta încredere. Se vor întreba ce își doresc clienții, apoi combină ideile lor cu ale potențialilor clienți. În final, vor fi satisfăcuți de orice pas pe care îl fac, de orice reușită.

4. Finanțarea treptată. Acest fapt este strâns legat de modul în care antreprenorii gândesc despre afacerea lor. Dacă fac pași mici, au nevoie doar de finanțe pentru a-l realiza pe următorul.

5. O echipă de succes face diferența. Poți încerca să fii unicul manager, însă vei întâmpina obstacole precum: afacerea nu va crește dacă este condusă de o singură persoană, căci totul se va învârti în jurul acelei persoane, nu vei reuși să dezvolți cele mai bune idei date de angajați și nu în ultimul rând, vei ajunge la epuizare. In orice afacere de succes, echipa este cea mai importantă, așa că asigură-te că îți creezi una pe măsură! SRL-urile cu mai mulți asociați le oferă elevilor o încredere în afacerea lor și se implică mai mult decât în firma de exercițiu cu una sau două persoane, asociați.

6. Găsește o persoană care să te completeze. Unde este inovație, este un visător și un operator; un om cu ideea și cineva care transpune ideea în realitate. Acolo se vede rezultatul unei munci eficiente, în echipă.

7. Obstacolele sunt oportunități. Marii antreprenori cred și acționează ca și cum totul este un cadou, indiferent că vorbim de obstacole. Pentru a preîntâmpina cât mai multe greutăți, află cât mai repede ce cred oamenii despre ideea ta. De ce? Feedback-ul te va duce într-o nouă direcție sau va fi o barieră pentru competiție. Este bine să știi aceste lucruri înainte de a consuma și mai multe resurse și pierderile să fie și mai mari. Implicarea și participarea la târguri, competiții de profil este cu adevărat o provocare pentru elevi.

În final, Nu UITA!: Oamenii de succes lucrează cu ce au în mână și se folosesc de tot ce dispun pentru a-și atinge scopurile. Și de aceea ei sunt recunoscători pentru surprize, obstacole și chiar dezamăgiri. Acestea le dau informații pe care le valorifică mai târziu. Prin firme de exercițiu se colectează informații valoroase ce pot fi valorificate cu succes pe o piață reală.

Bibliografie:
Ghinea, M. (2011), *Antreprenoriat,* Editura Universul juridic, Bucureşti
https://ro.wikipedia.org
https://anaa.ro/
http://antreprenoriat.upm.ro
http://www.ey.com
http://caravanacarierei.bns.ro

MODELE DE BUNE PRACTICI

profesor înv. preşcolar Ionela Sava – Răduca
Grădiniţa nr. 13 Focşani, judeţul Vrancea

Preşcolaritatea, este cea mai importanta perioada a vieţii în care se pot forma copiilor abilităţi importante, de bază, pentru: educaţie civică, istorie, cultură europeană, muzică, sport, limbi moderne, dar şi capacităţi de gândire şi comunicare necesare învăţării şcolare de mai târziu. Procesul formativ – educativ pe care îl desfăşoară în activitatea cu preşcolarii permite fiecărei educatoare să-şi valorifice propria experienţă didactică, originalitatea şi creativitatea prin realizarea activităţilor cu caracter integrat şi cu o abordare complexă a conţinuturilor.

"Creativitatea nu înseamnă să găseşti un lucru, ci să faci ceva din el după ce l-ai găsit." James Russell Lowell

"Creativitatea este un proces de învăţare aparte, la care elevul şi profesorul sunt una şi aceeaşi persoană." Arthur Koestler

"Imaginaţia este primul pas în procesul creativ." Herbert Harris

Creativitatea este o formă superioară a activităţii umane, fiind un fenomen extrem de complex cu numeroase aspecte, faţade sau dimensiuni. Pornind de la principiile de disciplină inteligentă: "Toţi elevii sunt diferiţi".

"Toţi elevii urmează aceeaşi secvenţă în de[illegible] într-un ritm diferit."

"Elevii sunt în mod natural curioşi şi dorn[illegible]ul lor.", "Elevii ştiu să înveţe unii de la alţii".

Învăţarea este posibila atunci când ai interes şi când poţi participa activ.

"Utilizarea mai multor modalităţi senzoriale facilitează învăţarea." şi nu în ultimul rând acela că "Jocul este unul dintre cele mai bune moduri de a învaţă." Predarea integrată a conţinuturilor se manifestă atât la nivelul proiectării globale, cât şi în proiectarea activităţilor zilnice.

Procesul formativ–educativ pe care îl desfăşoară în activitatea cu preşcolarii permite fiecărei educatoare să-şi valorifice propria experienţă didactică, originalitatea şi creativitatea prin realizarea activităţilor cu caracter integrat. Experienţele de învăţare la care copilul participă pot fi comune tuturor copiilor din grupă sau pot fi diferenţiate, în funcţie de gradul de interes manifestat de aceştia, de particularităţile individuale ale fiecărui copil. Astfel, activităţile integrate se pot organiza prin alternarea tuturor formelor de învăţare, individual, în perechi, în microgrup sau cu întreaga grupă. Prin intermediul jocului,considerat element dominant al vârstei preşcolare, copilul poate dobândi noi cunoştinţe, îşi formează anumite priceperi şi deprinderi, dar are şi ocazia să aplice în situaţii concrete cunoştinţele învăţate, să interrelaţioneze cu colegii, să-şi formeze şi dezvolte abilităţi socio-afective, prin asumarea responsabilităţii şi rolurilor diferite în cadrul microgrupului din care face parte. Activităţile realizate în manieră integrată oferă copiilor posibilitatea de a se exprima liber, de a fi plasaţi în mijlocul acţiunii, de a realiza diverse construcţii în plan mental, de a investiga, de a crea, de a transpune în practică cele învăţate, de a găsi mijloace pentru o finalitate reală, astfel că viitorul elev de mai târziu se vă deprinde încă de timpuriu cu strategia cercetării, îşi vă însuşi metodele de muncă ştiinţifice, vă învăţa să creeze situaţii problemă, vă emite ipoteze asupra cauzelor şi relaţiilor în curs de investigaţie, vă face prognosticuri asupra rezultatelor posibile, vă formula idei şi vă exprima puncte de vedere diferite. Aceste activităţi lasă mai multă libertate de exprimare şi acţiune atât pentru preşcolari, cât şi pentru educatoare, care poate să-şi construiască un program zilnic în funcţie de temele propuse de programă, de perioada de semestru, de particularităţile colectivului de copii. Metodele utilizate în grădiniţă sunt atât clasice cât şi moderne.

Doar măiestria educatoarei poate transforma orice metodă folosită într-un moment deosebit, încărcat emoţional, în aşa fel încât să-l determine pe copilul preşcolar să îşi folosească gândirea şi creativitatea pentru a descoperi informaţii şi lucruri noi. De exemplu o metodă activă folosită în grădiniţă este jocul de rol, care solicită creativitate şi participare intensă, mobilizarea competenţelor şi a cunoştinţelor anterioare şi, în egală măsură, improvizaţie.

Jocul de rol este o strategie prin care copiii preşcolari imită personaje din poveşti sau acţiuni, de exemplu: "De-a bucătarii", "De-a doctorul", "La piaţă", "Scufiţa Roşie", "Capra cu trei iezi". Simularea constă în punerea

în scenă a unor situaţii similare celor din viaţa reală, copiii îşi păstrează atitudinile, valorile şi nu joacă un personaj, ci interpretează o situaţie. Un alt exemplu pentru a stimula creativitatea este povestea cu început dat sau poveşti libere, după un şir de ilustraţii, o jucărie, o siluetă, după o machetă sau planşe. Cu ajutorul acestei metode antrenăm capacitatea de elaborare verbal – expresivă, a imaginaţiei, a inovaţiei, a creativităţii. Desenele libere antrenează creativitatea preşcolarului, folosind metode şi materiale diverse. Modelarea cu ajutorul lutului stimulează creativitatea preşcolarului, jocurile de tip puzzle, precum şi desenul liber.

O altă metodă care stimulează creativitatea este Metoda Philips 6-6 În cadrul acestei metode, numărul de participanţi este de şase, iar durata discuţiilor este limitată la doar şase minute. Metoda Philips 6-6 este asemănătoare cu brainstorming-ul, respectiv tehnica 6-3-5, însă se deosebeşte de acesta prin faptul că discuţia este limitată la 6 minute. Obiectivele principale ale metodei sunt: - abordarea mai multor aspecte ale unei probleme, într-un timp limitat; - facilitarea comunicării şi exprimării în grupe mari; - posibilitatea colectării deciziilor, care reprezintă diverse tendinţe conturate, într-un ansamblu, într-un interval foarte scurt; - favorizarea confruntării percepţiilor şi creativităţii individuale cu munca în grup. Atunci când abordăm problema creativităţii preşcolarului şi chiar a talentelor manifestate precoce, ar fi greşit şi incomplet să ne referim doar la ceea ce este mai vizibil pentru toată lumea, adică la talentele artistice, cele sportive, sau cele tehnice. În concluzie toate activităţile desfăşurate de copii în grădiniţă conduc spre stimularea şi educarea creativităţii lor, acest lucru nu ar fi posibil fără o bună pregătire a educatoarei.

După A. Haven „oamenii ar fi mult mai creativi dacă li s-ar explica în ce constă , de fapt, noţiunea de creativitate".

Bibliografie:

"Activitatea integrată din Grădiniţă- Ghid pentru cadrele didactice din învăţământul preuniversitar. Didactica Publishing House 2008"

"Curriculum pentru învăţământul preşcolar (3-6/7 ani) 2008 Clegg Brian, Birch Pau"

"Creativitatea", Editura Polirom, Iaşi, 2003

"Psihologia copilului preşcolar", Editura Didactică şi Pedagogică, Bucureşti, 1968

DEPENDENŢA DE INTERNET

profesor Daniela Negrea

Colegiul [illegible] Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

Internetul, în zilele noastre, este privit ca [illegible] de informaţie şi, în acelaşi timp, ca o tehnologie care ne ajută în diverse ocazii. Există şi efecte negative dacă se petrece mai mult timp pe internet decât cu familia şi prietenii. Apare astfel ceea ce numim dependenţa de internet.

Multe persoane ajung să petreacă din ce în ce mai mult timp pe internet atunci când se află într-o dispoziţie bună sau când se află în căutarea unei soluţii pentru a scăpa de plictiseală sau de problemele din viaţa de zi cu zi. Acest lucru nu înseamnă că toţi cei care folosesc internetul pentru o perioadă îndelungată sunt dependenţi. Există o anumită limită între cei care folosesc internetul într-un mod sănătos şi cei care nu. Persoanele dependente sunt, în general, atrase de cumpărăturile online, dar şi de reţelele de socializare, în timp ce persoanele care accesează internetul pentru căutare de informaţii sau pentru a trimite e-mailuri sunt considerate non-dependente. Efectul dependenţei de internet se poate vedea cel mai bine în rândul adolescenţilor, aceştia devenind mult mai timizi şi mai introvertiţi atunci când socializează în viaţa reală.

Sunt mulţi factori despre care se crede că ar cauza dependenţa de internet. Unii adolescenţi consideră că nu au o altă modalitate de a îşi elibera problemele, aşa că apelează la internet pentru confort. În fiecare societate tinde să fie o altă rădăcină care cauzează dependenţa de internet. Adolescenţii din societăţile vestice tind să apeleze la această modalitate pentru a scăpa de vieţile lor dificile. Dar în societăţile asiatice, este o modalitate de a scăpa de presiunea în a excela. "Pentru multa lume, jocurile în care ai un rol, păreau mai bune decât viaţa reală" Doctor Carr – Gregg. "Adolescenţii sunt singuri şi plictisiţi, sau nu au cu cine să îşi creeze o legătură după şcoală" Computer – Adiction Servicies la Şcoala Medicala Harvard.

Dependenţa de internet este favorizată de unii factori de risc precum:

1. Depresia – în urma ei unele persoane aleg să se refugieze în mediul online, pentru a îşi distrage atenţia de la starea de tristeţe, dar internetul poate contribui la izolarea acestora, înrăutăţind lucrurile
2. Anxietatea poate fi considerată un motiv pentru cei dependenţi de internet care vor să uite de grijile de zi cu zi.
3. Lipsa suportului social duce la izolarea de familie şi prieteni.

Pentru fiecare dintre noi este important să ştim cum se manifestă acest tip de dependenţă. Potrivit specialiştilor, obsesia de internet se manifestă prin:

- comportament compulsiv care interferează cu stilul de viaţă normal;
- lipsă de comunicare cu familia;

- provoacă efectele negative la nivel fizic (dureri de spate, probleme ale coloanei dureri de cap sau ochi);
- poate duce la reducerea activității sociale;
- produce izolare socială;
- produce oboseală şi mai grav decât atât, leziuni cerebrale;
- provoacă un stres accentuat în cadrul familiei, printre prieteni, apropiaţi, colegi de muncă.

Efectele dependenţei de net asupra adolescenţilor sunt multiple şi aproape fără excepţie negative, mai ales în formarea copiilor şi adolescenţilor. Un specialist în psihologia cognitivă dă următorul exemplu: „O mamă îi arată copilului ei de 1 an o păpuşă. Trăgând un fermoar cusut pe burta păpuşii, mama scoate la iveală un clopoţel. Foarte repede, copilul va învăţa să găsească singur clopoţelul. Dacă însă clopoţelul îi este arătat pe un video, copilul nu va face nimic. Ceea ce determină dezvoltarea intelectuală a unui copil este numărul de cuvinte pe care le aude înainte de 3 ani. Dacă le aude la un televizor deschis în permanenţă, copilul va învăţa de două ori mai puţine cuvinte! Iar o tabletă nu este, în nouă cazuri din zece, decât un televizor de buzunar".

Vindecarea de dependenţă de internet este anevoioasă. Este necesară terapia şi medicaţia, dar mai ales ajutorul familiei şi prietenilor care trebuie să sesizeze pericolul în care se află dependentul de internet şi care să îl ajute. După ce China şi Coreea de Sud au recunoscut că se confruntă cu probleme serioase în acest sens şi au decis să aloce spaţii şi fonduri pentru găsirea unor tratamente serioase, în Europa, în martie 2007, a fost deschisă prima clinică pentru dezintoxicare a dependenţilor de Internet, la Amsterdam. "Negarea este foarte puternică în rândul dependenţilor de Internet, care susţin că este imposibil să fii dependent de o maşina", declară dr. Wieland. Răspunsul "încă un minut" la rugămintea de a ieşi de pe Internet este similar celui dat de un alcoolic, care spune că va renunţa "după încă un pahar".

Internetul creează doar iluzia, periculoasă, a socializării. Niciodată omul n-a fost mai singur decât pe internet. Chiar dacă n-o ştie, iar dacă o va afla prea târziu, nu va mai avea ce să facă împotriva dependenţei, o boală gravă şi deocamdată fără remediu.

Bibliografie

Orzack, Maressa H. Dr. (1998). "Computer Addiction: What Is It?" *Psychiatric Times* XV

Shotton, MA (1989), *Computer Addiction? A study of computer dependency.* New York: Taylor & Francis.

Cromie, William J. *Computer Addiction Is Growing On-line* HPAC - Harvard Public Affairs & Communications. Web. 20 Oct. 2010. (Explains symptoms and ominous attributes of the new disease)

UTD Counseling Center: Self-Help:Computer - The University of Texas at Dallas. Web. 20 Oct. 2010.

Addictions.com. (n.d.). Computer Addiction. Retrieved 5 decembrie 2013, from http://www.addictions.com/computer/

http://en.wikipedia.org/wiki/Kimberly_Young

http://helpline.sigur.info/helpline/siguranta -pe-internet/riscuri-pe-internetdependenta.html

http://helpline.sigur.info/news/ultimelestiri/dependenta-de-internet.html

Dawn Heron. "Time To Log Off: New Diagnostic Criteria For Problematic Internet Use", University of Florida, Gainesville, published in *Current Psychology*, April 2003

PERSPECTIVE PSIHOLOGICE ASUPRA ADOLESCENȚEI, ETAPĂ ÎN DEZVOLTAREA PERSONALITĂȚII

profesor Aida Ionica Oniu

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

"Adolescența e-o frânghie de aur
pe care n-o poți tăia, dacă vrei, cu cuțitul.
Adolescența e-o frânghie de aur
Legând nadirul și zenitul." (Nichita Stănescu)

Știut este faptul că termenul de *personalitate* este destul de des folosit în viața cotidiană de o mare parte dintre noi, însemnând că este de fapt vorba despre *cineva care se deosebește în mod vizibil de ceilalți, adică acele caracteristici care ne diferențiază și care persistă în timp la o persoană.* De asemenea, se mai notează în studiile de specialitate din psihologie ideea conform căreia, *personalitatea nu este ceva cu care ne naștem,* ci se dezvoltă pe baza unor trăsături sau factori(mediu, educație, familie, școală, prieteni), iar odată cu înaintarea în vârstă aceste trăsături devin caracteristici definitorii și stabile ale unei persoane.

Plecând de la aceste premise, putem afirma fără o oarecare doză de modestie, că toți ne naștem, ne dezvoltăm mai bine sau mai puțin bine, cu mai multă sau mai puțină ușurință, iar la un moment dat, existența noastră pe pământ se încheie. Acest aspect, de fapt, ne indică faptul că, personalitatea presupune dezvoltarea pe etape.

Etapele vieții individului uman se aseamănă, deși conținutul lor este trăit într-un mod unic de fiecare dintre noi. Oricât am fi de diferiți, conform Declarației Universale a Drepturilor omului, cu toții avem dreptul la o viață psihică și fizică normală și, cu siguranță tindem spre o imagine de sine mai bună, avem aspirații către *mai bine și mai mult*, avem nevoie de ceilalți, iar aceasta nu se poate realiza în afara grupurilor și a lumii însăși.

În viața de zi cu zi ne identificăm și mai mult de atât îi catalogăm pe ceilalți în funcție de vârsta lor. Nu este în mod obligatoriu un criteriu unic, dar se pare că este adesea folosit de noi. Una dintre etapele dezvoltării personalității este și *adolescența.*

Așadar, ce înseamnă să fi adolescent? În general credem că, a fi adolescent înseamnă să fi visător, optimist, să-ți faci planuri de viitor, planuri mărețe, să fi îndrăgostit, să trăiești cu capul în nori, cum spun unii. Și nu ar fi în mod cert un lucru rău...înseamnă de fapt, să nu te întineze răul din jurul tău, să poți să fi selectiv, să poți fi capabil să empatizezi cu binele, să nu te descurajezi, înseamnă să speri la mai bine.

Acestea ar fi pe scurt, în concepția comună, valorile adolescentului... adică, adolescența poate fi considerată o perioadă de mari transformări, un timp al deciziilor, al schimbărilor, al speranțelor mărețe. Fiind o etapă importantă în dezvoltarea noastră ca indivizi, ea poate fi considerată ca o a doua naștere, tocmai datorită dobândirii unui nivel mai înalt de înțelegere a lumii care ne înconjoară, adică adolescenții fac o încercare de a descoperii lumea, tocmai posibilităților nemărginite de interpretare dar și de problematizare.

Așadar, oricând un studiu asupra adolescenței, considerată *vârsta de aur* a omului, când se formează năzuințele și se conturează orientările fundamentale ale personalității în devenire și mai ales unul care se referă la explorarea universului tulburător, și totodată atât de bogat dar și nuanțat al adolescentului este binevenit.

Atât la filosofii greci cât și la cei umaniști ca Rabelais sau Montaigne sau dacă vorbim de J.J. Rousseau, regăsim noțiunea de armonie a ființei umane și chiar ideea conform căreia nu se poate separa educația trupului de cea a minții. Astăzi,"trupul și-a recâștigat drepturile și nu mai îndrăznește nimeni să afirme că spiritul se poate dezvolta din plin dacă organismul nu-i oferă ajutor prin funcțiuni organice sănătoase și echilibrate."

Vârsta de aur, deja bogată în zdruncinări fiziologice și anatomice, se pare că nu este scutită nici de mari modificări psihologice și intelectuale. „Te culci copil și te trezești bărbat", a scris Chateaubriand. Neliniștile psihologice ale adolescenței sunt deja cunoscute la orice copil și, se pare, conform specialiștilor, ele și-ar putea avea originea în tot trecutul lui afectiv.

Maria Bașkirțeva scria la vârsta de 13 ani în "Jurnalul" ei: "Cum se trece de la starea de copil la cea de tânără fată? Mă întrebam cum se produce acest lucru [illegible] de odată?..." Apoi avem și un posibil răspuns: „Cred că ceea ce alimentează, dezvoltă sau [illegible] este o nenorocire sau o dragoste... "

Studiile psihologice argumentează că *comu* [illegible] unei specii biologice este un fapt binecunoscut, precizând că și comunicarea scrisă [illegible] speciei umane. Cert este că, oamenii au nevoie de comunicare, *cu atât mai mult adolescenții în perioadă acesta de mari transformări.* Elevul adolescent are nevoie de a comunica cu ceilalți, cu societatea, de a prelua și selecta corect informațiile din spațiul media, pentru a putea înțelege mai bine evenimentele vieții actuale, societatea actuală, pentru a putea exprima atitudinile și impresiile despre ce ni se întâmplă acum tuturor.

Cum am putea comunica ceea ce gândim ca adolescenți, dat fiind faptul că traversăm această etapă dificilă, suntem singuri adesea, noi înșine, cu gândurile noastre, cu momentele noastre dramatice, frustrante, într-o continuă luptă de dobândire a independenței față de autoritatea parentală, cu unele dificultăți de integrare socială, cu trăirile noastre specifice acestei vârste?

O discuție cu părinții, o discuție cu o persoană specializată sau *o comunicare scrisă, un jurnal* personal unde se simt liberi, unde își pot manifesta dorința de afirmare, unde își pot dezvolta planul perceptiv, afectivitatea și așa în expansiune, unde își pot exprima cel mai bine accentele pasionale, unde pot trăi intens prima iubire, unde își pot arăta sensibilitatea pregnantă, explozia de fantezie, unde își pot sta lungi ore cu ei înșiși, unde pot medita asupra valorilor, unde pot fi etichetați ca *mici filosofi*, ar putea reprezenta un posibil răspuns la întrebare.

Adolescenților li se face resimțită necesitatea unei pregătiri pentru viață, prin care trebuie să își proiecteze adecvat planurile de viitor, să își întregească imaginea asupra lumii, să își caute un sens, un scop, să se agațe de frumusețile trecutului, de copilăria lipsită de griji. Această etapă se pare că hotărăște viitorul fiziologic și psihologic al adolescentului, fiind și cea care decide viitorul lui profesional și de ce nu, social. Pot apărea dificultăți și în alegerea unei profesii. „Dificultățile inerente în alegerea unei profesii și concluziile care trebuie trase se adaugă la celelalte frământări ale sale și așa destul de multe". La acestea se pot adăuga și anumite prejudecăți sociale cu privire la alegerea profesiei chiar dacă trăim într-o lume așa numită nouă.

Viitorul lui social, odată hotărât, într-un final, poate să-i creeze alte dificultăți în ceea ce privește realizarea lui, deoarece adolescentul trebuie "să împace imperativele economice, supuse schimbărilor, cu imperativele intelectuale, supuse și ele uneori modificărilor."

Conform studiilor psihologice, este un lucru cert faptul că sunt mulți factori care ajută adolescentul să traverseze această etapă de dezvoltare a personalității, etapă dificilă dar în același timp normală, firească, chiar necesară, care nu poate fi ocolită:climatul familial afectiv, mediul, anturajul, școala, apartenența la colectivități solid constituite(culturale, sportive, de tineret), calitatea introspecției sale, cultura intelectuală, lectura, etc.

Şi totuşi, adolescentul acest *necunoscut,* cu toate zguduirile sale, frământările sale .. poate fi cunoscut, înțeles?

Bibliografie:

Rousselet Jean, "Adolescentul –acest necunoscut", 1969, București.

Ștefănescu D. Olga, Bălan E, Ștefan C., „Psihologie, manual de clasa a X a", Editura Humanitas Educațional, București, 2005

"FORMARE PENTRU O CARIERĂ DE SUCCES" PENTRU ELEVII COLEGIULUI ECONOMIC "DIMITRIE CANTEMIR" SUCEAVA

profesor Luminița Hagiu

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Un nou proiect Erasmus+ VET aprobat la Colegiul Economic „Dimitrie Cantemir" Suceava.

Proiectul "FORMARE PENTRU O CARIERĂ DE SUCCES" sau "BUILDING A SUCCESSFUL CAREER", acțiunea cheie Learning mobility of individuals - Mobility of learners and staff, tipul acțiunii VET learner and staff mobility, cu numărul 2019 – 1 – RO01 – KA102 – 062161, se va derula în perioada septembrie 2019 – august 2021 și va viza să satisfacă nevoia exprimată de profesorii și elevii școlii privind facilitarea inserției pe piața muncii prin compatibilizarea competențelor dobândite la finalul liceului cu cele cerute pe piața muncii în domeniul economic, turism, gastronomie, dat fiind numărul mic de angajări înregistrate după finalizarea liceului și a facultății (aproximativ 30% anual).

Obiectivul central al proiectului este oferirea unei alternative viabile profesorilor și elevilor pentru creșterea calității procesului de formare profesională inițială în vederea gestionării corecte a șanselor de carieră și o integrare facilă pe piața forței de muncă adaptând pregătirea în domeniul economic, turism, gastronomie prin desfășurarea de activități practice în cadrul companiilor de profil din Spania și Portugalia și folosirea competențelor dobândite pentru reorganizarea activității practice în cadrul stagiilor de practică în cadrul școlii noastre.

Astfel, 64 de elevi care studiază în cadrul calificărilor Tehnician în activități economice (32 de elevi din clasa a XI-a), Tehnician în turism (20 de elevi [illegible] și Tehnician în gastronomie (12 elevi din clasa a XI-a), împărțiți pe 4 fluxuri fiecare, vor par[illegible] pregătire practică de 10 zile, în Portugalia și Spania. Organizațiile partenere sunt: APLICAPR[illegible], Braga, Portugalia și M.E.P. Europrojects Granada S.L., Spania.

Se vor derula următoarele mobilități:

- 10 elevi clasa a XI-a Tehnician în turism și 6 elevi clasa a XI-a Tehnician în gastronomie - Portugalia, noiembrie 2019
- 16 elevi clasa a XI-a Tehnician în activități economice - Spania, mai 2020
- 10 elevi clasa a XI-a Tehnician în turism și 6 elevi clasa a XI-a Tehnician în gastronomie - Spania, octombrie 2020
- 16 elevi clasa a XI-a Tehnician în activități economice - Portugalia, martie 2021

Aceste organizații oferă servicii de consultanță și formare profesională la standarde internaționale, având competențe în evaluarea și validarea stagiilor de practică și de formare.

Experiența practică dobândită de 64 elevi prin participarea la activitățile ce se vor derula în cadrul mobilităților din Portugalia și Spania, se va reflecta în rezultatele preconizate: îmbunătățirea performanțelor de învățare ale elevilor care studiază la profilul servicii, prin valorificarea abilitaților, competențelor și atitudinilor dobândite de elevii participanți la mobilitate; formarea, dezvoltarea competentelor, abilitaților practice în domeniile în care se pregătesc, validate prin certificatul Europass mobility, certificat ECVET, Pașaportului lingvistic; îmbunătățirea performanțelor de comunicare, inovare, digitale; creșterea inserției profesionale și îmbunătățirea perspectivelor de carieră; formarea în cadrul mobilităților a spiritului organizatoric, antreprenorial si a stimei de sine.

Produsele finale elaborate in cadrul proiectului vor fi: a 64 de webquest-uri (fiecare beneficiar va concepe cate un webquest - activități interactive de grup) ce vor fi grupate sub denumirea "Quest career English", editarea a 15 lecții video postate pe canalul de Youtube - Business Multimedia (joc de rol, utilizarea softurilor contabile, concepere produse turistice prin valorificarea ofertei locale, sesiuni de gătit), "Minghid de oferte turistice din zona Bucovina", "Minighid de utilizare a softului contabil in firma de exercițiu", crearea blog-ului proiectului, organizarea si derularea concursurilor - "Ghidaj turistic", "Arta culinara in farfurie", "Viitor antreprenor", elaborarea revistei digitale gastronomica - "Arta culinara intr-o farfurie".

Activitățile propuse pentru cei 2 ani de proiect și produsele finale vor contribui la întărirea dimensiunii europene în educație și formare și la adaptarea ofertei educaționale a Colegiului Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava la cererea exprimată pe piața forței de muncă internațională.

BUNE PRACTICI PRIVIND EDUCAȚIA INTERCULTURALĂ

profesor Maria Bursuc
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Termenul *intercultural* este utilizat, de obicei, atunci când vorbim de educaţie, iar *multicultural*, atunci când este vorba despre o societate diversificată din punct de vedere cultural.

Cultura include credinţe, tradiţii şi obiceiuri dobândite într-un anumit context, deci constituie un ansamblu de cunoştinţe, atitudini, deprinderi şi modele de comportament proprii unui grup social dat, transmisibile prin educaţie.

Educaţia interculturală a devenit o temă de actualitate în şcoala şi în societatea românească. Educaţia interculturală promovează atitudini tolerante, deschise, de acceptare şi înţelegere firească a raportului "eu-celălalt" şi a noţiunii de străin, recunoaşterea şi respectarea diferenţelor culturale prin valorificarea pozitivă a relaţiilor de egalitate între oameni. Educaţia interculturală presupune un demers în spiritul înţelegerii şi acceptării diferenţelor de limbă, port, tradiţii, religie etc.

Constantin Cucoş afirmă că aceasta este *„o opţiune ideologică în societăţile democratice şi vizează pregătirea viitorilor cetăţeni în aşa fel încât ei să facă cea mai bună alegere şi să se orienteze în contextul multiplicării sistemelor de valori"* .

Problematica lumii contemporane este prezenta în noile tipuri de educaţii sau ***„noile educaţii".*** Aceste „noi educaţii" corespund unor trebuinţe socio-pedagogice. În programele UNESCO figurează 11 exemple de „noi educaţii" între care: *educaţia relativă la mediu, educaţia pentru comunicare si pentru mass-media, educaţia în materie de preocupare pentru o noua ordine economica internaţională, educaţia pentru schimbare si dezvoltare, educaţia nutriţională, educaţia economică si casnică modernă, educaţia pentru timpul liber, educaţia interculturală, educaţia pentru pace, educaţia pentru democraţie, educaţia pentru toleranţă.*

Şcoala este principalul spaţiu al învăţării pluralităţii culturale prin preţuirea diversităţii, a notei distincte aduse de cultura fiecărui actor social participant. Şcoala trebuie sa formeze deprinderea preţuirii valorilor pluriculturale, nu există valori superioare şi inferioare, ci există valori specifice care trebuie judecate. În scoală este necesară "modelarea" orgoliului etnic al majorităţii şi faţă de [illegible] respectului de sine a minorităţii.

Reieşind din realitatea complexă de azi, [illegible] trebuie să promoveze dialogul intercultural şi respectul pentru diversitate. Chiar din primele [illegible] ale integrării copilului în şcoală, învăţătorul trebuie să-l stimuleze să se simtă alături de colegi ca într-o familie, indiferent de etnie sau religie, să participe plenar la activităţi etc. Prin toate demersurile şcolare şi extraşcolare, el va dezvolta o comunicare constructivă, creând o atmosferă prietenoasă în clasă.

Copilul trebuie sprijinit să-şi formeze deprinderi de comunicare, de luare a deciziilor în cadrul grupului în mod democratic, de implicare în soluţionarea problemelor interpersonale chiar din clasa I. Astfel, îl obişnuim să participe la activităţi, să coopereze cu colegii în cadrul grupului; îi stimulăm curiozitatea, îl învăţăm să accepte ideile celui de alături, dezvoltându-i sentimentul de încredere, favorizând comunicarea asertivă. Prin felul în care sunt selectate conţinuturile, metodele, formele de organizare a activităţilor, prin fixarea unor momente importante de colaborare în cadrul evenimentelor instrucţionale, elevii sunt ghidaţi să-şi dezvolte un comportament tolerant.

Educaţia interculturală nu trebuie să se limiteze în mod exclusiv la transmiterea unor conţinuturi specifice în cadrul unei discipline particulare, consolidarea abordării sale interdisciplinare este fundamentală; nu poate fi concepută doar pentru mediul şcolar, ci şi în legătură cu extraşcolarul (familie, grupuri sociale, instituţii, comunităţi, mass-media). Se remarcă şi o schimbare a rolului profesorului, care depăşeşte funcţia de a comunica modele şi programe, acesta trebuind sa acorde o mai mare atenţie spiritului de iniţiativă şi creativităţii, centrarea întregii acţiuni fiind pe elev.

Educaţia interculturală, deschisă diverselor valori culturale, constituie unul dintre răspunsurile nevoilor existenţiale ale individului şi ale oricărei comunităţi, în condiţiile societăţii din vremea noastră. Importanţa educaţiei interculturale creşte considerabil în condiţiile lărgirii posibilităţilor de liberă circulaţie a cetăţenilor. Într-o eră a globalizării economice şi culturale, oameni din ţări şi culturi diferite comunică şi muncesc împreună. Ei trebuie să se cunoască reciproc şi, această cunoaştere, nu se reduce doar la cunoaşterea limbii în care comunică celălalt, ci şi la cunoaşterea culturii şi a condiţiilor în care s-a format. În faţa acestui pluralism cultural, rezultat al evoluţiei societăţii, este necesar ca educaţia să încorporeze, în conţinuturile şi obiectivele ei, elemente care să vizeze formarea conştiinţei şi a capacităţii individului de a comunica şi de a se raporta la alte culturi, de toleranţă şi de evitare a conflictelor interculturale.

Educaţia pentru interculturalitate constituie una dintre condiţiile principale pentru îmbunătăţirea aspectelor relaţionale ale locuitorilor aparţinând unor culturi diferite şi, în general, a raporturilor interumane. Prin interculturalism trebuie să se înţeleagă atât dreptul la egalitate, cât şi afirmarea propriei identităţi. Educaţia interculturală se referă la posibilitatea educării diferitelor grupări etnice, religioase, culturale şi tradiţionale pentru a lucra împreună în spiritul respectului reciproc şi al înţelegerii reciproce. În România, în fiecare şcoală

există elevi aparţinând unor etnii diferite, de religii diferite, dar şi elevi aparţinători altor culturi, ca efect al migraţiei internaţionale a capitalurilor şi a forţei de muncă în mişcare. Într-un asemenea univers cultural complex se impune restructurarea atitudinilor faţă de valorile fiecăruia, mai mare atenţie la limbajul pedagogic utilizat, la folosirea strategiilor didactice integrate.

Educaţia interculturală trebuie înţeleasă ca o propunere pedagogică în stare de a configura modalităţi apte de a ne învăţa să trăim împreună, în diferenţă, îmbogăţindu-ne reciproc tocmai din patrimoniul acestor deosebiri, centrându-ne pe valorile de respect şi preţuirea diferenţei culturale, empatie, solidaritate, toleranţă activă. Alteritatea trebuie să îşi ocupe locul său adevărat în lumea şcolară; ea trebuie recunoscută, acceptată, preţuită, valorificată în direcţia autodezvoltării personalităţii. Din punct de vedere educaţional, este foarte important de a păstra în minte faptul că fondul culturii de origine nu coincide cu ansamblul cunoştinţelor, abilităţilor şi obiceiurilor propuse de programele şcolare. În aceste cazuri, educaţia trebuie organizată cu ajutorul unor activităţi de învăţare plăcute şi atractive, care să asigure: dezvoltarea motivaţiilor cognitive ale copilului, crearea unei imagini coerente despre lume, achiziţionarea unor valori morale şi crearea bazelor unei culturi personale. Astfel, dezvoltarea copilului se realizează ca un proces de afiliere la lumea culturii şi a valorilor, în sensul căutării unui loc propriu în această lume şi în sensul dobândirii capacităţii de autodeterminare a comportamentului. În acest fel poate să-şi păstreze un copil ce aparţine unei grupări etnice identitatea culturală şi să adere, în acelaşi timp, la valorile culturale ale omenirii. Motivaţia pozitivă are un rol important în procesul participării active a copilului la învăţarea limbii în care îşi va exprima emoţiile şi gândurile. Copii aparţinând unor grupări etnice diferite trebuie să fie obişnuiţi de mici să achiziţioneze actualele valori europene cu privire la naţionalitate şi etnicitate.

Achiziţionarea culturii este un proces creativ în cadrul căruia copilul acumulează, dezvoltă şi exprimă importante abilităţi: imaginaţie, gândire comprehensivă, orientarea către ceilalţi, control comportamental. Cunoaşterea elevilor este una dintre condiţiile esenţiale pentru integrarea lor în activitatea şcolară şi socială. Fiecare copil reprezintă un univers. Universul acesta atât de complex, al fiecărui copil se află într-o continuă evoluţie, fapt pentru care, cunoaşterea are un caracter dinamic. Cu toate că nu se încheie niciodată, o cunoaştere imediată este necesară pentru a interveni prompt, atunci când este nevoie în tratarea deficienţelor şi disponibilităţilor. Când cunoaşterea elevilor este atât de profundă încât cadrul didactic poate anticipa cu exactitate reacţia copilului pus într-o anumită situaţie, atunci se poate interveni eficient şi se poate alege strategia didactică care să producă transformările de ordin calitativ. Copiii proveniţi dintr-o diversitate de medii socio-culturale, familiale, din etnii diferite, impun includerea lor în programe educaţionale adecvate. Ideea de la care se porneşte este aceea a admiterii, înţelegerii şi acceptării faptului că desfăşurarea procesului de învăţământ în clase / şcoli eterogene şi pluriculturale este o realitate obiectivă, în curs de consolidare şi expansiune într-un număr din ce în ce mai mare de şcoli, chiar şi în unele care nu au cunoscut până de curând, în mod semnificativ, acest aspect al convieţuirii.

De aceea, abordarea pedagogică cea mai bună este aceea care face din diferenţele culturale un avantaj, o potenţială sursă de îmbogăţire pentru fiecare participant, şi nu un handicap care trebuie ascuns şi care generează anxietate şi complexe. Spiritul care trebuie să antreneze educaţia interculturală este unul de deschidere, cooperare şi nu unul de selecţionare, ierarhizare, segregare şi respingere. Inevitabil, vor fi mereu „diferenţe" între cei aparţinând populaţiei majoritare şi cei ce aparţin unor „minorităţi", *educaţia interculturală derulată prin acţiuni la nivelul şcolii sau al comunităţii trebuie să vizeze:*

- ✓ promovarea unei atitudini tolerante, deschise, de acceptare şi înţelegere firească a raporturilor dintre etnii;
- ✓ recunoaşterea şi respectarea diferenţelor culturale prin valorificarea pozitivă a relaţiilor de egalitate între oameni;
- ✓ promovarea unei politici şcolare care să favorizeze egalizarea şanselor în educaţie;
- ✓ demararea unor strategii de valorificare a diferenţelor culturale pentru a le transforma în resurse pedagogice;
- ✓ iniţierea de demersuri pentru cunoaşterea culturii etniei minoritare şi pentru tratarea cu tact şi înţelegere a aspectelor vieţii lor culturale şi sociale;
- ✓ amendarea oricărei forme de manifestare ostilă, privind populaţia minoritară;
- ✓ promovarea unor relaţii de cunoaştere şi de bună înţelegere între etnii;
- ✓ lupta împotriva prejudecăţilor etnice; activităţi desfăşurate în parteneriat cu părinţii şi cu reprezentanţii diferitelor instituţii culturale;
- ✓ participarea la evenimente culturale şi sărbători locale, serbări, concursuri, în condiţiile în care arta se prezintă ca un excelent pretext şi ca o cale privilegiată pentru descoperirea, recunoaşterea şi aprecierea altor culturi;
- ✓ manifestări sportive, acestea fiind ocazii autentice de întâlniri, colaborări, cu atât mai mult cu cât principiul de constituire al echipelor nu este unul al separării, ci al integrării (într-o competiţie sportivă se vor forma echipe mixte, care contribuie la dezvoltarea cooperării, dacă se valorifică diferenţele între sportivi şi se acţionează prin complementaritate);

- ✓ organizarea de întâlniri între persoane aparţinând unor culturi diferite, în scop de cunoaştere şi de stabilire a unor relaţii de prietenie, mergând de la vizite, excursii etc. până la schimburi muzicale, culinare etc.

Educaţia interculturală este necesar să devină o constantă a pregătirii cadrelor didactice, care să-şi pună amprenta asupra disciplinelor de învăţământ şi programelor şcolare, asupra priorităţilor educative, asupra criteriilor de evaluare a competenţelor şi comportamentelor, asupra relaţiilor cu părinţii şi comunităţile. Educaţia interculturală se adresează tuturor elevilor.

Prin intermediul unui demers educaţional intercultural, elevii trebuie:

- ✓ să înţeleagă că trăiesc într-o lume interdependentă, a diversităţii;
- ✓ să înţeleagă cum funcţionează rasismul, intoleranţa şi xenofobia;
- ✓ să poată gândi, depăşind prejudecăţile şi stereotipurile negative;
- ✓ să-şi dezvolte gândirea critică, precum şi gândirea care să le permită să evalueze în mod pozitiv diferenţele şi diversitatea;
- ✓ să-şi dezvolte o atitudine şi un comportament pozitiv faţă de oamenii din alte societăţi şi din alte culturi;
- ✓ să-şi dezvolte un sentiment de solidaritate cu persoanele din alte culturi, precum şi dorinţa de a-şi exprima solidaritatea prin acţiune;

Deschiderea şcolii şi, implicit, a profesorilor, către valorile educaţiei interculturale, ale pedagogiei diversităţii nu se poate solda decât cu efecte formative deosebite.

Misiunea educatorilor este de a cultiva elevilor respectul pentru diversitate, toleranţa, spiritul de solidaritate, de a le forma conduite şi atitudini interculturale de tipul:

- ✓ deschiderea spre altul, spre străin, spre neobişnuit;
- ✓ aptitudinea de a percepe ceea ce ne este străin;
- ✓ acceptarea celuilalt ca fiind altul;
- ✓ trăirea situaţiilor ambivalente fără teamă, ca premisă pentru acceptarea a ceea ce este diferit;
- ✓ atitudinea favorabilă de a experimenta;
- ✓ alungarea fricii faţă de altul;
- ✓ capacitatea de a pune în discuţie propriile norme;
- ✓ neacceptarea utopiei discursului comunicaţional egalitar;
- ✓ aptitudinea de a asuma conflicte;
- ✓ capacitatea de a recunoaşte şi a relativiza p[illegible] sociocentriste.

Dimensiunea etnică, religioasă şi, în spec[illegible] de elevi reprezintă o provocare pentru cadrele didactice. Este greu sau aproape imposibil [illegible] spaţiul clas[illegible] identifici elevi care împărtăşesc aceleaşi valori culturale, au acelaşi patern sau background cultural. Provenind din medii socio-familiale diferite, elevii aduc cu ei valori diferite, atitudini şi comportamente diverse, moduri de a gândi, de a simţi, de a acţiona variate, experienţe de viaţă puternic individualizate afectiv şi nu numai. Clasa de elevi este o realitate cu mii de nuanţe, o realitate multicoloră, este un spaţiu multicultural. Respectul diversităţii şi echitatea sunt, cele două dimensiuni majore ale educaţiei interculturale.

Pentru a cultiva respectul pentru diversitate, profesorii trebuie să implementeze practici educaţionale care promovează metodele şi tehnicile interactive, să încurajeze învăţarea prin cooperare, comunicarea instituită între elevi şi intre învăţare în grupuri de lucru eterogene.

Astfel, elevii îşi vor împărtăşi propriile valori, vor învăţa să empatizeze cu un altul diferit, să accepte perspective şi puncte de vedere diferite de ale lor, vor învăţa toleranţa şi respectul pentru alteritate, pentru diversitate.

În ceea ce priveşte echitatea, miza majoră a axei echităţii este înţelegerea faptului că alte puncte de vedere pot fi la fel de valabile şi de corecte ca şi propria perspectivă, odată ce sunt evaluate cu ajutorul criteriilor "celuilalt".

Competenţa este capacitatea de a acţiona eficient când eşti pus faţă în faţă cu o multitudine de situaţii pe care reuşeşti să le depăşeşti si să le gestionezi datorită faptului că ai cunoştinţele necesare, dar şi capacitatea de a le mobiliza în cunoştinţă de cauză, la timpul oportun, pentru a identifica şi a rezolva adevăratele probleme. O competenţă este ceva ce ştii să faci, dar nu numai „să ştii să faci" pur şi simplu, adică abilitatea de a face ceva, ci mai ales, este o capacitate strategic indispensabilă în situaţii complexe. Competenţa nu se reduce la cunoştinţe procedurale.

Competenţa culturală reprezintă conştientizarea propriei identităţi culturale şi a diversităţii din lumea care ne înconjoară. Aşadar, având competenţa culturală formată, elevul va fi capabil să-şi afirme identitatea şi apartenenţa culturală; iar competenţa interculturală îi va permite să accepte identitatea culturală a celuilalt fără a-l disprețui sau discrimina.

Competenţa interculturală este abilitatea de a comunica eficient şi adecvat cu reprezentanţii altor culturi. Într-o lume care este mai mobilă decât vreodată, în contextul unei Europe care renunţă la frontierele interne tradiţionale, competenţa interculturală devine, pe bună măsură, competenţa-cheie a secolului al XXI-lea. Crescut şi educat într-un stat multietnic, absolventul de gimnaziu sau de liceu are şanse de a intra, eventual, în contact cu

reprezentanţii unor culturi străine din afara ţării. Fie că îndrumă pe stradă un turist rătăcit sau pleacă la studii ori la muncă în străinătate, acest absolvent de ieri va avea nevoie de un set de cunoştinţe, deprinderi şi, mai ales, atitudini care îi vor permite să contacteze paşnic, eficient, civilizat cu reprezentanţii altor culturi. Persoanele provenind din culturi diferite posedă, de regulă, mai multe trăsături sau perspective comune. Aceste similitudini ajută la construirea înţelegerii şi a respectului reciproc. Cu toate acestea, frecvent se constată diferenţe importante, puternic înrădăcinate în felul de a fi şi de a vedea lumea al fiecăruia, care ne influenţează atitudinile, comportamentul, prioritățile, rutina cotidiană. Când aceste diferenţe nu sunt recunoscute şi acceptate, ele pot provoca neînţelegeri, frică şi tensiuni.

În general, competenţa interculturală presupune:

- ✓ adaptarea la diferenţele culturale, prin sporirea sensibilităţii interculturale;
- ✓ valorificarea perspectivelor multiple;
- ✓ abilitatea de a se comporta adecvat într-un context cultural străin.

Competenţa interculturală se referă la interacţiunea dintre indivizi, nu sisteme, cum ar fi culturile corporative sau naţionale. Totuşi, fiecare contact interpersonal are loc într-un cadru definit de predispoziţiile şi normele prezente în sistemul dat. Pentru a interacţiona adecvat cu persoane care fac parte din sisteme diferite de al nostru, este necesar să le cunoaştem şi să le înţelegem particularităţile. Din această cauză, nu putem separa competenţa interculturală de cea culturală.

Competenţa interculturală se formează prin toate dimensiunile educaţiei, prin diferite arii curriculare şi activităţi extracurriculare. Ea rareori este formalizată în subiect concret de învăţare, mult mai des fiind dezvoltată indirect, prin crearea unor contexte specifice, noi, profesorii, urmând să le oferim elevilor modele practice de comportament în acest sens. Observarea, imitarea şi replicarea comportamentelor respective de către elevi deseori au o valoare mai mare decât discuţiile despre necesitatea respectării diversităţii. Prin propriul comportament, profesorul, conştient sau inconştient, influenţează pozitiv sau negativ formarea competenţei interculturale la elevi.

În acest context, fiecare dintre noi ar trebui să se întrebe:

- ➢ „În ce măsură am dezvoltată competenţa interculturală?
- ➢ „Ce modele comportamentale observă discipolii mei?

Chiar dacă procesul de formare a c[illegible] poate găsi un cadru propice pe oricare dintre palierele educaţiei (formal / nonformal / informal), fundamentul acestei competenţe este asigurat, în principal, prin intermediul activităţilor instructiv-educative derulate în şcoală.

Reperele care orientează munca profesorilor în acest sens vizează formarea capacităţii de :

- ✓ a coopera cu colegii pentru soluţionarea sarcinilor primite;
- ✓ a construi împreună cu ceilalţi elevi un cod comportamental comun, privind reacţiile lor în situaţii de credinţe, norme, principii, divergenţe de opinii;
- ✓ a conştientiza caracteristicile propriei persoane, caracteristici derivate din mediul cultural de proveniență şi a le valorifica în contexte corespunzătoare;
- ✓ a observa şi a evalua comportamentele colegilor, în vederea raportării comparative la acestea;
- ✓ a stabili anumite repere (modele de personalitate, elemente simbolice) şi a le urmări pe parcursul evoluţiei proprii;
- ✓ a se adapta şi integra într-un colectiv, în medii interculturale.

Facilitând realizarea acestor achiziţii, cultivând sistematic valorile circumscrise educaţiei interculturale, deschiderea faţă de celălalt, toleranţa, respectul pentru diversitate, acceptarea celuilalt, diferit de sine, etc., profesorii demonstrează eficienţa propriei competenţe interculturale şi transformă diferenţele dintre elevi în surse ale dezvoltării, individuale şi de grup.

Bibliografie

1. Cucoş, C.-(2000)"Educaţia. Dimensiuni culturale şi interculturale" - , Ed. Polirom , Iaşi;
2. Dasen, P.; Perregaux, C.; Rey, M.-(1999),,Educaţia interculturală", Ed. Polirom,Iaşi;
3. Mara, D. – (2008) "Dimensiunile interculturale ale educaţiei", Casa Editorială Tribuma, Sibiu;
4. Nedelcu, A. – "Fundamentele educaţiei interculturale. Diversitate, minorităţi, echitate";

ALEGEREA VIITOAREI PROFESII

profesor Samoil Florea
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

Ghidarea în alegerea viitoarei profesii este foarte importantă, deoarece, în condiţiile schimbării economice şi sociale, ce caracterizează societatea noastră actuală ,elevii vor fi formaţi pentru o societate dinamică, al cărei ideal educaţional este formarea personalităţii cu spirit de iniţiativă, capabile de autodezvoltare, care posedă nu numai un ansamblu de cunoştinţe şi competenţe necesare pentru angajarea pe

piața muncii, dar și independență de opinie și acțiune, fiind deschisă pentru dialog intercultural în contextul valorilor naționale și universale asumate.

În acest sens, orientarea în viitoarea profesie devine un mijloc principal în dezvoltarea personalității tinerilor și alegerea corectă a profesiei conform aspirațiilor, dorințelor și abilităților sale, luând în considerație solicitările pieței muncii. În continuare ,vă prezint o schiță a modului de aplicare a matricei lui Pugh.

Clasa: a XI-a

Tema lecției: Alegerea viitoarei profesii

Scopul unității de învățare: analizarea aspirațiilor, a priorităților, a calităților personale, a punctelor tari și a scopurilor prin autoevaluare

Obiective operaționale: elevul trebuie să fie capabil:

O1. să identifice datele ce trebuie studiate pentru o alegere corectă a profesiei

O2. să enumere criteriile de alegere a viitoarei profesii

O3. să identifice pașii necesari pentru elaborarea matricei lui Pugh

O4. să completeze și interpreteze matricea lui Pugh în cazuri particulare

O5. să determine punctele slabe și cele tari ale propriei persoane

	Evocare. Până la 20 de minute
Metode și forme de organizare a procesului	Activități de învățare organizate de către profesor/profesoară
Lucru în echipe	**Profesorul / Profesoara** 1. Încurajează elevii să se implice activ pe durata lecției, după care, trece imediat la subiectul lecției formând echipe a câte 4-6 persoane. 2. Împreună cu elevii se stabilesc rolurile necesare: - 1 elev – secretar (notează toate ideile pe fișe separate); - 1 elev –moderator (încurajează pe ceilalți să genereze ideile, oferă cuvântul, notează toate ideile , chiar și ale [illegible] monitorizează timpul), alte 3-5 persoane – generatori de idei. 3. Explică sarcina pentru [illegible] constă în: vreme de 2 minute elevii trebuie să genereze cât mai multe idei/răspunsuri la întrebarea „Ce date trebuie să fie studiate pentru a lua decizia despre alegerea carierei?”. 4. Verifică activitatea elevilor și oferă după timpul expirat pentru realizarea primei etape, încă 5 minute , în care elevii evaluează ideile și grupează fișele pe un poster, în așa fel încât să obțină un cluster / ciorchine. 5. Facilitează etapa 3, în cadrul căreia, timp de 2 minute reprezentanții echipelor prezintă produsele elaborate. Identifică, cu ajutorul elevilor, criteriile, care au fost utilizate în elaborarea clusterelor/ciorchinelor.
	Realizarea sensului. 15 minute
Lucru individual	**Profesorul / Profesoara** 1. Invită elevii să lucreze individual, vreme de 5-7 minute, asupra fișei de lucru, folosind fișa de documentare Explică și elimină nelămuririle elevilor în scopul rezolvării sarcinilor din fișa de lucru.
	Reflecția și extinderea. 15 minute
Discuții în plen	**Profesorul / Profesoara** 1. Organizează discuția în baza întrebărilor: - În ce situații este posibil de utilizat matricea elaborată de Stuart Pugh? - Care sunt pașii necesari pentru elaborarea matricei? - Ce criterii a utilizat Ana pentru clasificarea opțiunilor? Ce alte criterii ar fi fost posibil de utilizat? - Ce decizie a luat Ana după obținerea scorurilor finale? Argumentează!
Lucru în echipe	2. Formează perechi sau echipe mici (nu mai mult de 4 elevi) și explică sarcina: împreună, vreme de 10 minute elaborați matricea pentru cazul lui Andrei. 3. Organizează discuția pentru a analiza experiența acumulată în cadrul exercițiului utilizând următoarele întrebări: - Cum te-ai simțit în procesul de elaborare al matricei? - Care din etapele de elaborare ale matricei au fost mai dificile? De ce? - Ce informații ar trebui să fie colectate pentru completarea matricei? 4. Rezumă activitatea: “Pentru a completa matricea, avem nevoie de mai multe informații despre persoană și despre profesiunile potențiale compatibile .În orele viitoare vom afla mai

	multe despre diferitele profesii şi cerinţele fiecăreia. 5.Tema .Acasă, individual, elaboraţi prima varianta a matricei. Ea trebuie să conţină, cel puţin, 3 opţiuni profesionale şi, cel puţin, 4 criterii de selecţie".

Materiale de facilitare

Analizează, împreună cu colegii de clasă, ce informaţii trebuie să fie colectate şi analizate pentru a lua decizia despre carieră. Procedaţi în baza algoritmului dat:

1. Creaţi o echipă din 5-6 persoane.
2. Repartizaţi rolurile:

- *secretarul* este responsabil pentru notarea tuturor ideilor pe fişe separate;
- *facilitatorul* răspunde de activitatea eficientă a grupului şi pentru aceasta încurajează participanţii să genereze idei, le oferă cuvântul, asigură notarea tuturor ideilor, chiar şi ale celor neobişnuite, monitorizează timpul;
- *generatori de idei* – sunt liberi în gândire, exprimă cât mai multe idei în timpul prevăzut.

3. Vreme de 2 minute formulaţi cât mai multe răspunsuri la întrebarea *„Ce informaţii trebuie să fie colectate şi analizate pentru a lua decizia despre carieră?"*

4. Vreme de 5 minute analizaţi toate ideile şi grupaţi fişele, completate de secretar pe un poster, în aşa fel, că să obţineţi un cluster/ciorchine. Fiecare ramură trebuie să prezinte un criteriu aparte.

5. Alegeţi o persoană care va prezenta colegilor de clasă produsul elaborat.

- În ce situaţii este posibil de utilizat matricea elaborată de Stuart Pugh?
- Identifică, în baza exemplului prezentat, 5 paşi necesari pentru completarea matricei.
- Ce decizie a luat Ana după obţinerea scorurilor finale? Argumentează .

Deciziile legate de alegerea profesiei şi de carieră sunt deseori complicate : pe de o parte, de ele depinde viaţa fiecăruia, pe de altă parte – există foarte mulţi factori care pot le pot influenţa . Dar în cariera profesională pot exista situaţii complexe, când din mai multe posibilităţi , trebuie sa selectezi doar una din opţiunile disponibile. În aceste cazuri , au fost create mai multe metode decizionale, care contribuie la descoperirea celei mai bune variante .

Cea prezentată aici a fost creată de Stuart Pugh, un manager de succes din Marea Britanie. Modalitatea concepută de el poate fi găsită sub diferite nomenclatoare – metoda lui Pugh, metoda de matrice de decizie, matrice bazată pe criterii.

Stuart Pugh a elaborat această modalitate în ajutorul persoanelor, care din mai multe alternative pot selecta doar una (inginer, economist, patron), deoarece alegerea lor este restricţionată de abilităţile personale,situaţia familială sau alte elemente. Această matrice este la fel de bună în cazul în care nici o opţiune nu este suficient de potrivită. În asemenea context , se poate folosi la descoperirea unei noi alternative, numită „opţiune-hibrid". Vom prezenta matricea lui Pugh în baza unui exemplu fictiv:

Ana este elevă a clasei a XII-a la liceu. Ca şi mulţi semeni ai săi, este preocupată de selectarea facultăţii pentru continuarea studiilor. Ana s-a consultat despre aceasta cu mai multe persoane şi, în final , a întocmit o listă de facultăţi: psihologie şi educaţie, drept, jurnalism şi comunicare, economie. Opţiunile de studii formează prima coloană a matricei. Apoi Ana a elaborat câteva criterii de selecţie, în baza cărora să fie luată decizia: interes personal, prestigiul profesiei în societate, dificultatea de a studia specialitatea, costul studiilor, posibilităţi de angajare, venit eventual după angajare. Aceste criterii au fost notate în primul rând (cel de sus) al matricei. După ce criteriile au fost stabilite, Ana a folosit o grilă de evaluare, de la 1 până la 10. Pentru fiecare criteriu, Ana a caracterizat două situaţii extreme – cea mai bună şi cea mai rea. Descriptorii respectivi au fost notaţi în ultimul (cel de jos) rând al matricei. Astfel Ana a putut să evalueze, folosind note de la 1 până la 10,toate opţiunile posibile. Ana a adunat punctele acumulate şi a notat sumele în ultima coloană.

În final, matricea concepută de Ana, arăta astfel:

	Interes	Dificultate de învăţare	Posibilităţi de angajare	Prestigiu social	Costul studiilor	Venit	Total
Psihologie şi educaţie	5	7	8	4	7	3	34
Drept	9	3	3	9	3	5	32
Jurnalism şi comunicare	7	5	5	7	5	4	33
Economie	4	3	4	10	4	7	32
	1-lipsit complet de interes 10-interes extrem	1-nu aş putea reuşi 10-foarte simplu	1-foarte greu 10-foarte uşor	1-foarte mic 10-prestigiu extrem	1-foarte mare 10-locuri bugetare	1-2000 lei 10-8 000 lei	

Elaborează, împreună cu colegii/colegele de clasă, matricea pentru cazul descris mai jos.

Andrei este un băiat dezvoltat fizic. Îi plac exercițiile fizice: jocuri sportive, marșuri turistice, lucrul în gospodărie (taie lemne, sapă). El visează la sărituri cu parașuta,îi place milităria. De asemenea, îi place orice gen de întrecere – chiar dacă nu are un oponent, el își organizează competiții, stabilind obiective personale, care constituie adevărate provocări pentru sine însuși, de exemplu: „o să sap suprafața dată în 20 de minute" sau „o să parcurg drumul până la școală în 5 minute". La fel, el este ager și la minte: îi place să rezolve probleme cu mai multe necunoscute, cu aplicarea gândirii raționale. Andrei este foarte atent la detalii atunci când trebuie să înțeleagă legăturile dintre fenomene, procese și să găsească soluții potrivite. Profesorii spun, că Andrei ar putea să aibă rezultate școlare foarte înalte, însă nu are răbdare și perseverență atunci când rezolvarea problemei solicită multe acțiuni și o perioadă lungă de timp. În astfel de cazuri, Andrei obține succes doar dacă este ajutat să planifice timpul și este monitorizat. El este un foarte activ voluntar al asociației obștești „Izvoarele Bucovinei" din localitate: în calitate de moderator, el organizează diferite activități pentru adolescenți și copii din clasele primare.

Matricea are scopul să ajute la selectarea celei mai potrivite profesii / ocupații pentru Andrei. Pentru a completa matricea, urmăriți algoritmul dat:

1. Identificați 4 profesii / ocupații potrivite pentru Andrei. Notați-le în prima coloană.
2. Identificați minim 4 criterii de selecție pentru evaluarea opțiunilor. Notați-le în primul rând al matricei (cel de sus).
3. Pentru fiecare criteriu de selecție, concepeți descriptori pentru puncte extreme – cel mai bun (10) și cel mai rău (1). Notați acești descriptori în ultimul rând al matricei (cel de jos).
4. Determinați fiecare opțiune, utilizând grila de evaluare creată. Notați cifrele în celulele respective.
5. Adunați scorurile și notați-le în ultima coloană a matricei.

Evaluează experiența acumulată:

- Cum te-ai simțit în procesul de elaborare al matricei?
- Care din etapele de elaborare a matricei au [illegible]? De ce?
- Ce date trebuie să fie colectate pentru [illegible]?
- Ce ai schimba și în ce fel , dacă [illegible]?

Bibliografie

1. Băban, A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, 2009
2. Birkenbihl, V. Antrenamentul comunicării sau arta de a ne înțelege, Editura Gemma Press, București, 1997
3. Bocoș, M. Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj 2002
4. Papuc, I. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011

CREATIVITATEA, ÎMPREUNĂ CU VOI, COPII !

profesor înv. preșcolar Ionela Gheorghiu
Grădinița nr. 13 Focșani, județul Vrancea

Vârsta ce cuprinde cea mai importantă experiență educațională în viața unei persoane este preșcolaritatea.

Pe parcursul ei, înregistrăm, ritmurile cele mai pregnante în dezvoltarea individualității umane și unele dintre cele mai semnificative achiziții, ce vor avea ecouri în etapele dezvoltării.

Nu trebuie să facem abstracție de una din dimensiunile esențiale pentru întreaga dezvoltare și afirmare a personalității "Creativitatea".

Termenul de creativitate își are originea în cuvântul latin "creare", care înseamnă, "a făuri, a naște, a zămisli".

A crea înseamnă a face să existe, a cauza , a produce. Prin meseria pe care o practic, consider că satisfac și dezvolt curiozitatea copiilor, dorința de investigație, explicație. Conținutul acestui proces, este un mijloc de activare și dezvoltare a creativității.

Căile de stimulare a creativității, încep de la jocurile libere și se termina cu educația fizică. Spiritul de observație, atenția, reprezentările spațiale, imaginația creatoare, interesul și plăcerea de a desena, colora, etc., sunt dezvoltate prin activitățile din grădinița. Atenție mare, trebuie acordata, educației estetice, reprezentând o componentă indispensabilă a formării și dezvoltării a capacității de a recepta, interpreta și a crea frumosul.

Elementul central, pe care mă axez, îl constituie, dezvoltarea sensibilității artistice, trăirea sentimentelor, admirația pentru frumosul din natură, artă, etc. Un prim pas este depistarea abilităților copiilor, talentelor, încurajarea intereselor, trezirea încrederii în forțele proprii. Din experiența mea didactică acumulată, am constatat că jocul reprezintă o modalitate eficientă, care îi permite copilului să se exprime liber, spunând ceea ce simte, vede, apropiindu-l de sensurile multiple ale lumii înconjurătoare, dezvoltându-i imaginația. Conform

experienței, acumulate, consider că activitatea artistico-plastică este una din activitățile ce vine în ajutorul copiilor de a-și exprima liber dorințele, sentimentele, etc. În cadrul activităților solicit participarea tuturor copiilor, stimulez interesul de a participa activ, ofer libertatea de a gândi, simți, exprima. Orice desen simplu sugerează impresii, trăiri, sentimente și gânduri. Prin abilitatea mea de educator, conduc copiii în activitate creatoare, învățându-i treptat, canalizându-i spre rezultatele obținute. Un cadru didactic reactiv, este atunci când, indiferent de modalitatea de desfășurare a activității, frontal, respectiv, individual, copilul își exercită capacitățile. Fiecare educatoare, trebuie să cunoască, copilul cu preferințele sale, să-i stimuleze și să le pună la îndemâna diferite materiale. În activitățile plastice este bine de desfășurat activitatea pe grupuri cu aceleași preferințe. Putem descoperi valori individuale. Educatoarea trebuie să comunice cu preșcolarii asupra modului cum putem înfrumusețea diferite lucruri, obiecte confecționate atât de ei cât și de noi, adulții. Putem iniția diverse exerciții cu scopul de a obține cât mai multe idei în a decora obiecte. În activitățile desfășurate cu copiii, noi adulții, trebuie să înțelegem că obiectele ornate de cei mici le dau o satisfacție constructivă preșcolarilor. Copiii trebuie deprinși a privi conștient formele lumii înconjurătoare, a le analiza și compara pentru a descifra sensul subtil al existenței lor. Prin desenul decorativ le dezvoltăm copiilor gustul pentru frumos și simțul de ordine. La început el trebuie să fie un desen simplu fiind urmat de lucruri complexe. Dacă la 3 ani copilul desenează imaginea unui obiect care este mult mai simplificată și redată schematic la vârsta de 5 ani putem observa cu ușurință desenele au un aspect complex.

Trebuie oferite copiilor posibilități de îmbogățire a reprezentărilor, încurajarea aptitudinilor și dezvoltarea personalității creative. Întotdeauna trebuie folosite metode noi, care să nu plictisească copilul. Dacă metodele sunt alese cu grijă, activitatea copiilor devine un proces plăcut și creator. Ele trebuie să fie alese conform noțiunilor comunicate, dându-le șansa copiilor de a fi creativi. Educatoarea trebuie să trezească în copiii, emoția, dorința de a ști, de a descoperi. Relația dintre educatoare și copii, joacă un rol important în dezvoltarea creativității. Atitudinea deschisă, prietenoasă, pozitivă a educatoarei, determină copilul să-și exprime la rândul său deschis sentimentele. Climatul socio-afectiv este una din condițiile de care țin cont în activitatea mea. Aprecierile pozitive, încurajarea, atitudinea pozitivă față de preșcolari sunt foarte importante pentru dezvoltarea creativității.

Bibliografie;

Cristea G.-Psihologia Educației-Editura Corint Bucureşti

Beat M-Talent ,inteligența,creativitate-Editura Didactică şi Pedagogică

Gabroveanu M.-Aspecte psihologice ale formării sentimentelor moral-estetice prin arta -Editată de revista de Pedagogie ,București.

Găbjea I-Scoală creatoare -Editura Casei Școlilor, București,

Landa E.-Psihologia Creativității-București

LIMBA NOASTRĂ-I O COMOARĂ ! – PROIECT EDUCAȚIONAL

profesor Cristina Dranca

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

"Fiecare copil are caracteristici, interese, abilități și cerințe de învățare unice, și de aceea, pentru ca dreptul la educație să aibă un sens, trebuie concepute sisteme educaționale și trebuie implementate programe care să țină seama de extrem de marea diversitate a acestor caracteristici și cerințe.'' (UNESCO, 1994, p. 8)

Cerințele educative speciale derivă din dizabilități, deficiențe, boli sau privațiuni de ordin socio-cultural.

Conferința de la Salamanca, 1994, a susținut că școlile trebuie să primească elevii indiferent de starea lor fizică, intelectuală, socială, emoțională, lingvistică sau oricare alta.

Umbrela sub care sunt cuprinși acești elevi este aceea de CES. Însă de aici derivă o problemă. Conform UNESCO 1994, copiii cu cerințe educaționale speciale sunt și cei talentați, cei aflați în situații de risc, până la urmă orice copil care întâmpină o problemă legată de învățare. Problema copiilor foarte talentați, dar și a acelora care întâmpină o problemă specifică, la un moment dat , nu este reglementată de legislație așa cum este ea reglementată pentru copiii bolnavi, cu diferite dizabilități fizice sau intelectuale. Astfel încât profesorul este acela care trebuie să remedieze „din mers'' aceste deficiențe, având în vedere că pentru acești copii nu se poate realiza un curriculum adaptat.

Practica de 27 de ani la catedră ne-a relevat adevărate "drame" ale unor copii care nu au nici o vină, dar care nu stăpânesc limba română literară. Este vorba despre elevii proveniți din Republica Moldova și din Ucraina, etnici români, care însă vorbesc o limbă puternic marcată de regionalisme și, de asemenea, nu stăpânesc elementele de ortografie specifice limbii române, dar și de elevii proveniți din diaspora românească care s-au întors în țară.. În sprijinul lor am dezvoltat un proiect cu titlul "Limba noastră-i o comoară" care are ca scop principal remedierea aspectelor lingvistice deficitare la elevii din Republica Moldova și nu numai. Sunt

deja patru ani de când derulăm acest proiect şi rezultatele sunt îmbucurătoare. Elevii reuşesc în unul, doi ani să-şi îmbunătăţească limbajul astfel încât acesta să nu mai fie o barieră în evoluţia lor şcolară.

În continuare vă prezentăm proiectul, pe care îl apreciem, cu modestie, ca fiind un model de bună practică.

PROIECT EDUCAŢIONAL

A. DENUMIREA PROIECTULUI : Proiect şcolar pentru elevii cu cerinţe educaţionale speciale (elevi întorşi din străinătate, elevi din Republica Moldova, elevi cu dificultăţi de învăţare)

a. Titlul : *Limba noastră-i o comoară!*

b. Tipul de educaţie în care se încadrează : Educaţie remedială

c. Tipul de proiect: local

B. APLICANTUL

Colegiul Economic „Dimitrie Cantemir" Suceava:

Coordonator proiect: Dranca Cristina

Echipa de implementare a proiectului: Dranca Cristina - prof. Limba şi literatura română, Trufin Eugenia-prof. Discipline economice, Vranciu Livia Elena-prof. Discipline economice, Panţiru Daniela Elena-prof. Geografie

C. CONTEXT.

În ultimii ani, în şcoala noastră au fost admişi foarte mulţi elevi întorşi din străinătate sau elevi din Republica Moldova. Am constatat că aceştia întâmpină dificultăţi în ceea ce priveşte utilizarea corectă a limbii române literare. În acest context, am găsit oportună iniţierea unui proiect multidisciplinar care să contribuie la progresul elevilor în ceea ce priveşte cunoaşterea gramaticii limbii române, exprimarea orală şi scrisă, dezvoltarea vocabularului. Având în vedere că aceşti elevi vor susţine examenul de bacalaureat şi la disciplina geografie, precum şi faptul că studiază foarte multe module de specialitate, am găsi potrivit să implicăm în proiect şi profesori de geografie şi discipline economice. De asemenea, la activităţile proiectului pot participa şi elevi care nu fac parte din categoriile mai sus menţionate, dar întâmpină dificultăţi în utilizarea limbii române literare.

Proiectul vine în sprijinul dezvoltării la elevi a unor competenţe de comunicare scrisă şi orală în limba română literară. El izvorăşte din nevoia de a oferi elevilor un cadru organizat de derulare a unor activităţi de tip remedial. Implicarea într-un proiect este o modalitate de organizare a învăţării constructive ce încurajează interdisciplinaritatea şi transdisciplinaritatea [illegible] centrată pe elev. Elevii vor fi motivaţi să se angajeze responsabil în derularea proiectului să-şi [illegible] propriile interese de învăţare, să caute răspunsuri la întrebări şi să decidă cum să rezolve problemele ivite. Astfel, îşi vor forma abilităţi de lucru în echipă, necesare în lumea reală .

Rolul cadrului didactic va fi acela de antrenor, care intervine, dirijează, când este cazul. Ne propunem să implicăm mai multe forţe în derularea proiectului (psiholog şcolar, profesori de alte discipline, părinţi), în vederea realizării unei cooperări educaţionale care să dezvolte relaţiile dintre elevi , profesori şi părinţi.

D. DESCRIEREA PROIECTULUI :

Scopul: Proiectul urmăreşte să dezvolte la elevi:

- competenţa lexicală
- competenţa semantică
- competenţa gramaticală
- competenţa ortografică
- competenţa ortoepică
- competenţa fonologică
- competenţa pragmatică
- competenţa socio-culturală

Obiective:

Elevii vor fi capabili:

- să scrie corect în limba română literară
- să se exprime corect în limba română literară
- să respecte topica limbii române literare
- să înţeleagă diferitele sensuri ale cuvintelor
- să asimileze termeni de specialitate pentru disciplinele economice
- să înţeleagă termenii geografici şi socioculturali
- să dezvolte spirit de echipă
- să valorifice cunoştinţele acumulate în diferite contexte de învăţare.

Grupul ţintă este format din elevii şcolii, din clasa a IX-a, care nu au urmat studiile primare şi / sau gimnaziale în România, precum şi din elevii proveniţi din Republica Moldova, elevi cu dificultăţi de învăţare.

Durata: 4 ani.

Conținutul proiectului: fișa de înscriere în proiect, planul de activități, instrumente de predare, învățare,evaluare,chestionare.

Calendarul activităților :

- activități în grup-bilunar ;
- activități individuale pe baza unor planuri remediale - permanent.

Forme de organizare: ateliere de lucru, teme pentru lucru individual.

Rezultate: portofoliu, fișe de progres.

Resurse umane: 15-20 elevi, 3 profesori, 1 psiholog școlar.

Parteneri: Asociația profesorilor și părinților din Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava.

E. SUSTENABILITATEA PROIECTULUI

Proiectul este sustenabil pe termen lung deoarece resursele umane sunt disponibile și pentru că din ce în ce mai mulți elevi se întorc în țară și se înmatriculează în învățământul liceal. Unii dintre aceștia sunt născuți în străinătate și nu au urmat nici o clasă în țară, majoritatea lor vorbind limba română doar în familie. Aceștia nu cunosc normele ortoepice și ortografice ale limbii române, iar vocabularul lor este limitat.

F. BUGETUL PROIECTULUI

Surse de finanțare : Asociația profesorilor și părinților din Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava.

Buget total: 200 lei pe an pentru multiplicarea fișelor de lucru.

MATEMATICĂ TRANS ȘI INTERDISCIPLINAR

profesor Oana Mihaela Ginghină
Școala Gimnazială nr. 1, com. Băleni, județul Galați

Matematica și chimia

Interdisciplinaritatea chimie-matematică vizează aplicarea cunoștințelor de matematică, de exemplu noțiuni precum: proporția, proprietățile proporției, șiruri de rapoarte, regula de trei simplă, procente etc., pentru înțelegerea și însușirea corectă a noțiunilor de chimie (masa atomică, masa moleculară, masa molară), a legilor fundamentale ale chimiei (legea conservării masei substanțelor, legea proporțiilor definite) și a calculelor chimice (compoziția procentuală, calcule pe baza formulelor și a ecuațiilor reacțiilor chimice, concentrația soluțiilor).

Cunoștințele despre rapoarte, proporții, procente sunt indispensabile elevilor pentru studiul legilor gazelor, densității relative, legii echivalenților chimici și pentru rezolvarea problemelor cu amestecuri de soluții solide (aliaje), lichide sau gazoase. Interdisciplinaritatea chimie-matematică se evidențiază și în reprezentările grafice pentru:

- viteza de formare a unui produs în raport cu concentrațiile reactanților dependența vitezei de reacție de temperatură;
- reprezentarea grafică a curbelor de neutralizare, iar în cadrul capitolului "Echilibre chimice" prin calculul concentrațiilor tuturor componentelor unui sistem aflat în echilibru, la o anumită temperatură;
- viteza de formare
- calculul produsului de solubilitate, Ps etc.

Substanțele studiate în chimie pot fi considerate și ca una sau mai multe mulțimi ale căror elemente sunt atomi, molecule, ioni și alte formații.

Noțiunea de amestec – este o asociere de mai multe corpuri, obiecte, material, produse fără ca între ele să existe o reacție chimică. Amestecurile sunt rezultatul curiozității oamenilor, ele având ca scop corijarea anumitor proprietăți diferite de cele ale elementelor introduce în ansamblu (concentrație, titlul, densitate, temperatură, preț cost, etc.)

Concentrația unei soluții este raportul dintre masa substanței care se dizolvă și masa soluției.

Exemplul 1: În 190 g apă se dizolvă 10 g de sare. Să se afle concentrația soluției.

Soluție: $m_d = 10\ g; m_s = 1 \Rightarrow c = \frac{10}{200} = 5\%$

Exemplul 2: Într-un laborator există soluții de acid sulfuric de concentrație 90% și 70%. Ce cantități dintre cele două soluții amestecam pentru a obține 500 g de soluție de acid sulfuric cu concentrația de 72% ?

Soluție: Se calculează ajutându-ne de media ponderată a proprietății amestecului. Realizăm un sistem de ecuații cu două necunoscute, x și y, unde x este cantitatea de soluție de acid sulfuric de concentrație 90% și y este cantitatea de soluție de acid sulfuric de concentrație 70%.

$$\begin{cases} \frac{90x+70y}{x+y} = 72 \\ x+y=500 \end{cases} \Leftrightarrow \begin{cases} 90x+70y = 72x+72y \\ x+y=500 \end{cases} \Leftrightarrow \begin{cases} 18x-2y=0 \\ x+y=500 \mid \cdot 2 \end{cases} \Leftrightarrow \begin{cases} 18x-2y=0 \\ 2x+2y=1000 \end{cases} \Rightarrow$$

$20x = 1000 \Rightarrow x = 50$ g soluție de concentrație 90%

$2 \cdot 50 + 2y = 1000 \Rightarrow 2y = 900 \Rightarrow y = 450$ g soluție de concentrație 70%

Titlul unui aliaj este raportul dintre masa metalului prețios și masa aliajului.

Exemplu. Un aliaj conține 240 g aur și 960 g cupru. Care este titlul aliajului?

Soluție: $m_p = 240$ g ; $m_a = 240$ g + 960 g = 1000 g $\Rightarrow T = \dfrac{240}{1200} = 0{,}2$

Stabilirea coeficienților chimici pentru ecuațiile chimice

Exemplu: Stabiliți coeficienții chimici pentru următoarea ecuație chimică:

$$FeS_2 + O_2 = Fe_2O_3 + SO_2$$

Soluție: Rezolvarea problemei se face scriindu-se coeficienții ecuației chimice sub formă de necunoscute, transpunem problema într-o ecuație pe baza conservării numărului de atomi într-o reacție chimică. Se va obține un sistem de ecuații în care necunoscutele reprezintă coeficienții chimici. Notăm cu x coeficientul FeS_2, cu y coeficientul O_2, cu z coeficientul Fe_2O_3 și cu u coeficientul SO_2 astfel ecuația chimică devine: $xFeS_2 + yO_2 = zFe_2O_3 + uSO_2$ și sistemul va fi:

$$\begin{cases} x = 2z \\ 2x = u \\ 2y = 3z + 2u \end{cases} \Leftrightarrow \begin{cases} z = \dfrac{x}{2} \\ u = 2x \\ y = \dfrac{3x}{4} + 2x \end{cases} \Leftrightarrow \begin{cases} z = \dfrac{x}{2} \\ u = 2x \\ y = \dfrac{11x}{4} \end{cases}$$ unde $x,y,z,u \in \mathbb{N}$, $\Rightarrow y = \dfrac{11x}{4} \Rightarrow 4 / 11x \Rightarrow 4 \nmid 11$ și $4/x \Rightarrow x = 4$

Dacă $x = 4 \Rightarrow \begin{cases} z = 2 \\ u = 8 \\ y = 11 \end{cases} \Rightarrow 4FeS_2 + 11O_2 = 2Fe_2O_3 + 8SO_2$

Matematica și fizica

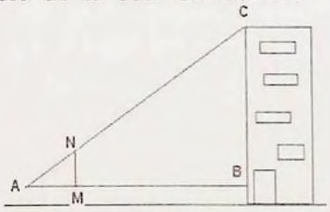
Între fizică și matematică există o relație remarcabilă, fizica furnizând concepte și relații, iar matematica oferind un limbaj optim de exprimare a acestora. Deși există deosebiri de metode și obiecte ale cunoașterii, fizica nu se poate lipsi de limbajul și aparatul matematic.

Fizicianul teoretician are sarcina de a obține relații între mărimi observabile, folosind calcule matematice. Între matematică și fizică există însă o deosebire esențială: dacă, în matematică, rolul cel mai important îl joacă rigurozitatea logică a tuturor deducțiilor [illegible] tuturor relațiilor logice posibile, care decurg din axiomele adoptate.

Fizica are sarcina de a schița un tablou exact al lumii, folosind pentru aceasta toate faptele teoretice și experimentale, toate deducțiile bazate pe intuiție, care urmează apoi să fie verificate experimental.

Exemplul 1. Aflarea înălțimii unei clădiri cu ajutorul unui barometru.

Soluție: Se așează barometrul care în figura alăturată și se măsoară distanțele de la sol. Cunoscând lungimea barometrului, totul se reduce la o problemă de asemănare:



$$\Delta AMN \sim \Delta ABC \Rightarrow \frac{MN}{BC} = \frac{AM}{AB} \Rightarrow BC = \frac{MN \cdot AB}{AM},$$

unde AM, AB și MN se cunosc.

Înălțimea clădirii este BC + înălțimea celui care a măsurat.

În cazul **problemelor de mișcare**, s-au stabilit legături armonioase între durată, distanță și viteză.

Din punct de vedere matematic pentru un mobil în mișcare uniformă, durata traseului t și distanța parcursă d, sunt mărimi proporționale, coeficientul de proporționalitate fiind viteza, notata uzual cu v. Astfel, viteza unui mobil este distanța parcursă în unitatea de timp, $v = \dfrac{d}{t}$.

Aceste relații se aplică în cadrul problemelor de fizică ce au ca cerință distanța parcursă de un mobil într-un anume interval de timp, cu ajutorul unui tabel de proporționalitate între mărimi.

Exemplul 2: Un automobil parcurge 100 km, în 2 ore cu viteză constantă. Să se determine viteza cu care a mers automobilul.

Soluție: Legea spațiului este: $d = v \cdot t \Rightarrow v = d : t = 100 : 2 = 50$ Km/ oră.

Exemplul 3: Trei mobile (M1, M2 si M3) se deplasează astfel încât graficele mișcărilor sunt cele din figura alăturată.

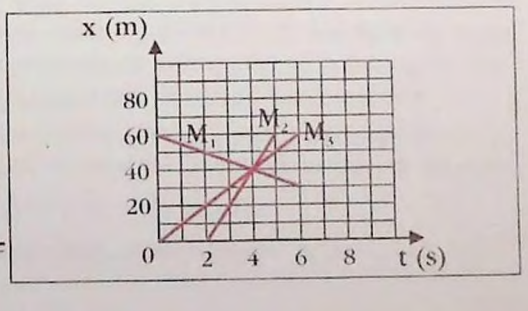
a) Care dintre cele trei mobile pleacă în același moment?

b) Care dintre mobile pleacă din același loc?

c) Care este viteza fiecărui mobil?

d) În ce moment și în ce loc se întâlnesc?

Soluție: a), b), c)



M1: t_1=0s; x_1= 60m; t_2=6s; x_2=30m;

$v_1 = \frac{\Delta x}{\Delta t} = \frac{30}{6} = 5\text{m/s}$ (se apropie de reper)

M2: t_1=2s; x_1=0m ; t_2=5s; x_2=60m; $v_2 = \frac{\Delta x}{\Delta t} = \frac{60}{3} = 20\text{m/s}$

M3: t_1=0s; x_1= 0m; t_2=6s; x_2=60m; $v_3 = \frac{\Delta x}{\Delta t} = \frac{60}{6} = 10\text{m/s}$

Concluzie: M1 şi M3 pleacă în acelaşi moment, M2 şi M3 pleacă din acelaşi loc, v_1= 5m/s, v_2=20m/s şi v_3=10m/s.

d) t'=4s si x'=40m

Matematica şi geografia

Studierea geografiei presupune o abordare interdisciplinară, pentru a explica fenomenele geografice în ansamblul lor fiind necesare cunoştinţe de fizică, chimie, biologie, istorie, limbi străine de circulaţie internaţională şi nu în ultimul rând de matematică.

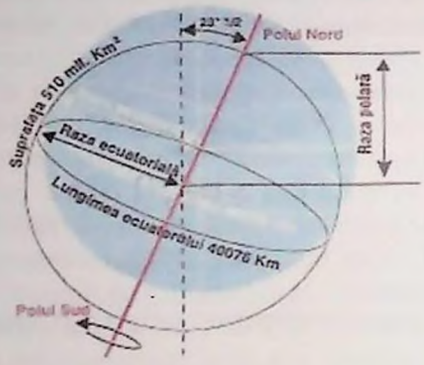
Geografia matematică este o ramură a geografiei ce studiază reprezentarea matematică a scoarţei pământului şi relaţia sa cu alte corpuri din sistemul solar, în special cu Luna şi Soarele.

La gimnaziu, folosirea cunoştinţelor matematice este necesară în cadrul lecţiilor de geografie. Spre exemplu, în clasa a V-a, la tema „Reprezentarea suprafeţei terestre – Harta" este foarte importantă cunoaşterea operaţiilor cu fracţii, cunoaşterea unităţilor de măsură şi transformarea lor, din centimetri în kilometri şi invers. Cunoştinţele de geometrie (noţiunile de sferă, grade) ale elevilor sunt folosite în predarea lecţiei Globul geografic, la stabilirea coordonatelor geografice şi a fuselor orare.

(Ex: vezi lecţia "Dimensiunile pamantului si coordonatele geografice")

Primul care a încercat să determine dimensiunile Pământului a fost matematicianul şi filosoful grec, Eratostene. Prin anul 240 î.Hr., el a calculat că lungimea Ecuatorului ar fi 40.000 km. Măsurătorile de mai târziu au arătat că Eratostene nu a greşit prea mult, valoarea exactă este de 40.076 km.

Diametrul Pământului este de 12.756 km, iar suprafaţa sa de 510 milioane km^2. Cum Pământul este turtit la poli şi bombat la Ecuator, înseamnă că distanţa de la poli la centrul Pământului (raza polară) este mai mică decât distanţa de la Ecuator la centrul Pământului (raza ecuatorială). Prin urmare [illegible] o sferă dar nu una perfectă. Calcul[illegible] necesar în special în studierea geogr[illegible]



[illegible] să se selecteze şi să se acorde o pondere [illegible] metode care antrenează în mod deosebit elevii, [illegible] ponderea metodelor descriptive şi verbale. Eficienţa metodelor creşte în măsura în care ele trezesc interesul şi curiozitatea elevilor pentru cunoaşterea ştiinţifică, stimulând pasiunea căutărilor şi determinând, o puternică motivaţie de învăţare a geografiei şi matematicii.

Bibliografie:

1. Corega. C.; Haralamb, D.; Talpalaru, S. (2006), *„Fizica- manual pentru clasa a VI-a"*, Ed. TEORA, Bucureşti.

2. Bunget, I.; Burlacu, L., (1972), *„Compendiu de fizica"*, Ed. Ştiinţifica, Bucureşti.

3. Marcu Lepadat, M.; Macovei, F.; Dobran, F., (2010), *„Biologie- manual pentru clasa a VII-a"*, Ed. TEORA, Bucureşti.

4. Cheval, D.; Furtuna C.,(2010), *„Geografie- manual pentru clasa a V-a"*, Ed. TEORA, Bucureşti.

5. http://ro.wikipedia.org/wiki/Geografie

6. Ciolan, L., *„Dincolo de discipline"*- ghid pentru învăţarea integrată/ cross-curriculară

SĂNĂTATEA ŞI ALIMENTAŢIA

profesor Angelica Turculeţ

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

Consumul de alimente, calitativ şi cantitativ, influenţează calitatea vieţii unei persoane. Calitatea vieţii este asigurată şi de categoriile de alimente consumate.

Alimentele se împart în două mari categorii: plastice şi energetice.

Alimentele *plastice* sunt folosite ca materiale în construcţia diferitelor structuri ale organismului. Din această categorie fac parte alimentele bogate în proteine, mai exact carnea, laptele şi derivatele lui, ouăle şi

unele legume. Din aceste alimente, prin digestie, se obțin aminoacizii, molecule indispensabile sintezei proteinelor - structurale și funcționale – specifice organismului.

Alimentele *energetice* furnizează substanțe care prin degradare la nivel celular, produc energie. Dintre substanțele alimentare energetice cele mai importante sunt carbohidrații (glucidele) și grăsimile (lipidele).

Carbohidrații se obțin din alimentele provenite din cereale (pâine, pastele), cartofi sau alte legume. Aceștia se găsesc sub formă de polizaharide (amidonul) care vor fi digerate în etape succesive, obținându-se monozaharide. Degradarea monozaharidului glucoză furnizează energia utilizată cu rapiditate de organism (de exemplu, în contracția musculară).

Grăsimile se găsesc în abundență (sub formă de acizi grași) în ulei, margarină, unt untură, brânză, ouă, dar și în carne. În moleculele de lipide este înglobată o cantitate importantă de energie chimică având, în principal, o acțiune termogenă, utilizată de organism pentru menținerea constantă a temperaturii corpului.

Colesterolul este folosit de organism pentru a obține, prin transformări chimice, unii hormoni: mineralocorticoizi care reglează echilibrul hidro-electrolitic al organismului, glucocorticoizi care reglează metabolismul glucidelor, lipidelor și proteinelor, hormonii sexuali care intervin în creștere și dezvoltare.

În afara componentelor precizate, alimentele mai conțin apă, săruri minerale și vitamine.

Apa îndeplinește în organism mai multe funcții: dizolvă și vehiculează anumite substanțe (hidrosolubile), diluează cataboliții, contribuie la termoreglare.

Sărurile minerale intră în compoziția unor proteine (hemoglobina conține fier), participă la menținerea echilibrului hidric (natriul și clorul) și a echilibrului acido-bazic (ionii de hidrogen), participă la mecanismele transmiterii informației nervoase și la mecanismele de contracție musculară (natriul, clorul, calciul).

Vitaminele sunt indispensabile pentru realizarea diverselor procese ale organismului. Vitamina A favorizează creșterea și este un constituent al pigmenților vizuali din retină. Vitamina D acționează asupra calcifierii oaselor. Vitamina E funcționează ca antitoxic. Vitamina K intervine în coagularea sângelui. Vitamina C este un factor antihemoragic și conferă rezistență la bolile infecțioase.

Consumul de alimente trebuie să fie întotdeauna suficient pentru a asigura necesarul metabolic al organismului și în același timp să nu producă obezitate. Trebuie să se țină cont de *conținutul energetic* al alimentelor.

Energia eliberată din fiecare gram de glucide oxidate până la dioxid de carbon și apă este de 4,1 kilocalorii, miar cea eliberată din lipide este de 9,3 kilocalorii. Și proteinele eliberează energie, energia eliberată prin oxidarea fiecărui gram de proteină până la dioxid de carbon, apă și uree este de 4,35 kilocalorii.

Când organismul primește cantități mai mari de energie sub forma alimentelor decât cantitatea totală de energie cheltuită, greutatea corporală crește. Pentru fiecare 9,3 kilocalorii de aport excesiv de energie, se depozitează 1 gram de grăsime.

Acest aport excesiv de energie apare [illegible] *obezității*, o dată devenită obeză, o persoană rămâne astfel dacă aportul energetic este egal [illegible] de energie. Pentru ca persoana obeză să slăbească este necesar ca cheltuiala de energie să fie mai mare decât aportul.

Un procent mare al *obezității* este determinat de *factorii psihogeni*. Cel mai obișnuit factor psihogen care contribuie la instalarea obezității este ideea foarte răspândită că obiceiurile alimentare sănătoase cer trei mese pe zi și fiecare dintre ele să fie îndestulătoare. Mulți copii sunt forțați să deprindă acest obicei de către părinții foarte insistenți și apoi aceștia continuă astfel tot timpul vieții lor.

Obezitatea are un caracter familial și este *determinată genetic*. Există gene care pot determina o alimentare anormală în câteva moduri diferite. O anomalie genetică în centrul foamei din hipotalamus fixează nivelul depozitelor nutritive prea sus sau prea jos. Sau, factorii psihici ereditari anormali stimulează apetitul sau determină ca alimentarea să fie un mecanism de "eliberare".

Supraalimentația în copilărie este o posibilă cauză a *obezității*. Rata formării de noi celule adipoase este extrem de mare în primii ani de viață și cu cât este mai mare rata depunerii de grăsime, cu atât devine mai mare numărul de celule adipoase. La copii obezi numărul de celule adipoase este de trei ori mai mare decât la copiii normali. După adolescență, numărul de celule adipoase rămâne constant tot restul vieții.

La persoanele care au devenit obeze la maturitate sau la vârsta a treia, cea mai mare parte a obezității provine din hipertrofierea celulelor adipoase deja existente.

Și sexul este o cauză favorizantă, obezitatea fiind mai crescută în rândul femeilor. Aceasta se explică prin modificări neuro-endocrine, psihice, alimentarea, care au loc în fazele critice ale activității ovarelor (pubertate, sarcină, menopauză).

Denutriția este consecința pierderii echilibrului dintre procesele de sinteză a substanțelor în organism și procesele de consum a cestor substanțe, în favoarea celor din urmă, ajungându-se la un deficit ponderal de peste 15% din greutatea corporală normală.

Forma primară a denutriției rezultă din lipsa consumului de alimente.

Forma secundară a acesteia apar în diferite circumstanțe: anorexie toxică (tabagism, tumori), anorexie psihică, diaree cronică, hipertiroidie.

Consecințele denutriției pot fi: astenie, oboseală, rezistență mică la frig, piele uscată.

Semnele morfologice ale scăderii ponderale, ca urmare a denutriției, sunt în raport cu intensitatea slăbirii. În *deficitele ponderale ușoare*, se reduce semnificativ depozitul de grăsime subcutanată. În *deficitele ponderale importante*, dispare și grăsimea din interstiții, masa musculară are capacitate redusă de contracție, tegumentele (pielea, mucoasele) se deshidratează. În *deficitele ponderale grave*, pe lângă masa adipoasă (masa de grăsimi) se pierde și din masa proteică (se pierde din masa musculară).

În vederea consumului echilibrat de alimente și pentru a controla greutatea corporală, există o serie de modalități de calcul.

Greutatea corporală semnifică suma greutății țesuturilor (osos, muscular, adipos etc.) și a tuturor organelor din organism.

Sunt preferate o serie de formule care, pe baza greutății, înălțimii, eventual a vârstei, stabilesc greutatea standard.

• *Formula lui Lorentz* în funcție de înălțime și sex:

$$P = T - 100 - \left(\frac{T-100}{4}\right)$$ - la bărbați

$$P = T - 100 - \left(\frac{T-100}{2,5}\right)$$ - la femei

P = greutate exprimată în kilograme

T = talia exprimată în centimetri

• Formula utilizată de *Metropolitan Life Insurance*:

$$G = 50 + 0,75\,(I - 150) + \frac{V-20}{4}$$ - la bărbați

$$G = 50 + 0,75\,(I - 150) + \frac{V-20}{4}$$ x 0,9 - la femei

G = greutatea ideală

I = înălțimea în cm

V = vârsta în ani

• Aprecierea greutății corporale cu ajutorul *indicelui masei corporale (IMC)* sau a indicelui Quetelet:

$$IMC = \frac{GA}{I2}$$

GA = greutatea actuală în kg

I = înălțimea în metri

Pentru menținerea greutății normale, rația energetică normală trebuie să conțină furnizori de energie: glucide, lipide, proteine, și biocatalizatori: vitaminele și mineralele.

Un adult necesită 1-1,5 g *proteine*/kg corp/zi, ceea ce reprezintă 11-13% din valoarea calorică a rației zilnice. Necesarul de *lipide* este de 1-2 g/kg corp/zi, ceea ce reprezintă 25-30% din valoarea calorică a rației zilnice. Necesarul de *glucide* se apreciază la 4-8 g/kg corp/zi, reprezentând 55-62% din valoarea energetică a rației zilnice.

Prin urmare, ar trebui să se țină cont de o serie de *asocieri favorabile de alimente*:

• leguminoasele – fasole, linte, mazăre, năut, care sunt complementare cu amidonoasele – făină, pâine, orez, paste făinoase, cartofi, porumb, împreună crescându-le valoarea biologică a proteinelor.

• legumele bogate în săruri minerale, vitamine, antioxidanți – fasole teci, salata, varza, morcovul ceapa, usturoiul, pătrunjelul, țelina – se asociază cu mâncărurile proteice – carne, ouă, pește, soia, fasole, năut, mazăre, bob. Excepție fac legumele bogate în amidon - cartoful, care nu vor fi asociate cu proteinele de origine animală.

• laptele având o compoziție particulară face dificilă asocierea sa cu alte alimente. Excepția tolerată este combinarea laptelui cu pâinea care a suferit un proces de fermentație cu drojdii sau maiale complexe. Pâinea dospită poate fi acceptată și în combinație cu alte proteine animale, carne, ouă, pește, dar în cantități moderate.

• asocierea grăsimilor cu verdețuri este favorabilă, deoarece sărurile minerale din acestea ușurează scindarea lipidelor.

Bibliografie:

1. Guyton, A. C, ediția în limba română, dr. Cârmaciu R. (2000), *Fiziologie*, Editura Medicală Amaltea, București

2. Ispas, A. T, (2000), *Anatomia și fiziologia omului cu aplicații practice*, Editura Didactică și Pedagogică, București

3. Mencinicopschi, Gh. (2010), *Și noi ce mai mâncăm*, Editura Coreus Publishing, București

4. Niculescu T. H, & colab, (2014), *Anatomia și fiziologia omului, compedia*, Editura Corint Educațional, București

ASPECTE LEGATE DE MUNCA INDIVIDUALĂ

profesor înv. primar Maria Nicoleta Dan
Școala Gimnazială nr. 13 Râmnicu Vâlcea, județul Vâlcea

Elevii sunt implicați în activitatea didactică, iar munca individuală reprezintă o șansă de a se afirma atât în fața celorlalți colegi, cât și în fața profesorului. Cu toate acestea există elevi care nu sunt atenți la cerințele pe care profesorul le prezintă, ei fiind chiar aceia care nu acumulează toate informațiile din clasă, ci necesită atenție

sporită acasă, unde trebuie să consolideze individual informațiile primite în cadrul orei de limba și literatura română.

Atunci când au de realizat anumite compuneri pe teme date există adesea certuri iscate de la neînțelegeri între colegi, unii dintre ei dorind să se afirme cu părerea lor. Cum alții nu acceptă părerea altora, considerând că doar părerea lor este cea mai bună și cea mai corectă, apar neînțelegeri pe care doar profesorul poate să le echilibreze. Cele două metode de predare: munca individuală vs. munca în grup care fac subiectul acestei lucrări au ca principal avantaj dezvoltarea abilităților de comunicare și argumentare.

Elevii sunt violenți cu ceilalți colegi, folosesc un limbaj vulgar, fac gălăgie atunci când au orice ocazie. Acest comportament trebuie să ia un alt drum deoarece ei sunt destul de mici, clasa a VI-a, pentru a prezenta astfel de manifestări.

În ceea ce privește calitatea de bun organizator, se pare că profesorul de la clasă poate să rezolve orice nelămurire care apare, eficiența lui apărând în procentele care au fost scoase la iveală de elevi: 64%. Tot un aspect pozitiv legat de atitudinea profesorului reiese și din faptul că acesta merge pregătit la ore, are întotdeauna materialele necesare desfășurării în bune condiții a orei.

Per total, elevii sunt încântați de metoda de predare pe care profesorul a aplicat-o de-a lungul unui an școlar, munca individuală, și tocmai de aceea s-au văzut rezultate foarte bune la sfârșit.

Aceste informații au fost generate în urma aplicării unui chestionar completat de elevii unei clase de gimnaziu și are în vedere utilitatea muncii individuale

OAMENII SUNT EGALI – NU NAȘTEREA, CI VIRTUTEA FACE DIFERENȚA

profesor Ana-Maria Popa
Liceul Tehnologic "Victor Mihăilescu Craiu" Belcești, județul Iași

Toleranța este un concept foarte des întâlnit deoarece face parte din faptele noastre de zi cu zi, din propria ființă. Toleranța reprezintă pilonul pe care se sprijină pacea la nivel mondial.

Diversitatea culturală, lingvistă, etnică sau religioasă nu ar trebui să reprezinte un mijloc prin care iau naștere marile conflicte ale lumii.

Educația pentru toleranță trebuie să vizeze [illegible] presiunii, a nesiguranței față de propria persoană. Educația aduce beneficii asupra dezvol[illegible]lua singuri decizii și de a nu fi influențați și condiționați de nimeni și nimic.

În acest an școlar, 2019-2020, am derulat o [illegible] de activități ce au vizat și acest aspect, al tolerabilității.

Scopul acestei activități a fost dezvoltarea capacității elevilor de a se tolera, indiferent de religie, etnie, statut social prin intermediul activităților care stimulează socializarea, tolerarea, creativitatea, originalitatea și competiția.

Obiectivele propuse au fost: adoptarea unui comportament pozitiv , nondiscriminatoriu, în relația elevilor cu cei din jur; promovarea unor concepții sănătoase privind noțiuni precum toleranța, cooperarea, lucrul în echipă, respectul față de sine și față de ceilalți; capacitatea de a emite judecăți de valoare pertinente, justificate.

În cadrul unei activități desfășurate în cinstea Zilei Internaționale a Toleranței, ce s-a derulat pe data de 16 noiembrie 2019, am avut ca punct de plecare o pildă religioasă denumită *Pilda Samariteanului Milostiv.*

Cine este aproapele meu? *Este o întrebare la care Mântuitorul Hristos răspunde printr-o pildă, redând o întâmplare ipotetică sau poate chiar reală.* **Astăzi, în jurul nostru este multă suferință.** *Mijloacele de comunicare ne dau tot felul de situații în care oamenii suferă din diferite motive, iar cea mai la îndemână reacție a noastră este compasiunea.*

La care s-a adăugat: prezentare PowerPoint, completarea unei fișe de flip-chart cu bilețele colorate, având câte un cuvânt cheie, descoperirea întrebărilor legate de tema propusă pe baza unui rebus, lectura unor citate cu caracter moralizator, chestionar (realizat pe 200 de subiecți – 100 pe gimnaziu și 100 pe liceu). Activitatea propriu-zisă s-a realizat la clasa a VI-a.

Rezultatele au vizat nuanțarea sentimentului de respect față de cei din jur și față de propriul set de valori, consolidarea relației de prietenie dintre colegi, dintre elevi și profesori, dintre elevi – profesor – părinți.

Activitatea a fost cuantificată valoric prin intermediul participării directe la cerințele lansate de profesor, prin intermediul creațiilor literare și plastice, prin intermediul mottourilor cu un mare impact emoțional, prin intermediul rebusului și al chestionarului.

Toți elevii au fost cooperanți și au manifestat un mare interes pentru tema propusă de profesorul coordonator. Această activitate a facilitat crearea unui spațiu de siguranță, în care elevii și-au făcut auzite părerile și sentimentele față de tema toleranței.



PROVOCĂRILE ADOLESCENȚEI LA EDUCAȚIE PRIN TEATRU

profesor Gina Viorica Emanoil
Școala Gimnazială "G-ral Eremia Grigorescu", sector 4, București



Într-o lume prea agitată pentru căutarea cadoului perfect de Crăciun sau prea preocupată de decorațiuni, rețete culinare speciale și cumpărături, se strecoară El, Pruncul Sfânt – născut în condiții umile, incomparabile cu răsfățul contemporan al majorității pruncilor. Căci nou-născuții din familiile de astăzi au parte de un mediu curat, steril, ferit de frigul nopții sau al iernii, înconjurat de oameni [illegible] în procesul de adaptare la viața nouă a bebelușului [illegible] discutat în fiecare an, întotdeauna fascinează. De la [illegible] așteaptă cu nerăbdare venirea lui Moș Crăciun, la elevul [illegible] de la gimnaziu, știu, povestesc, vor noutăți sau acel „ceva" surprinzător care să le trezească interesul.

Am constatat an de an că se interpretează cu mare bucurie colindele, dar și cu o anumită plictiseală pe care nu voiam s-o mai citesc pe chipul elevilor mei. De aceea, am ales să scriu pentru ei o piesă de teatru având în centru călătoria Magilor pentru a se închina Pruncului Sfânt – o piesă mică, inclusă în regia serbării pe școală, pe care am conceput-o ca pe o luptă între bine și rău, Binele fiind reprezentat de către toți copii care au pregătit diverse numere pentru serbare, iar răul fiind reprezentat de către vrăjitoarea cea rea, care voia să strice serbarea, deranjată fiind de atâta strălucire, bucurie și atmosferă de sărbătoare. Această mică actriță era singurul copil cu lecții de teatru la modul profesional și a avut răbdarea și dorința de a-și încuraja colegii mai timizi sau de a-i inspira pe cei neștiutori, cu drag și pasiune!



Nu a fost ușor îngerașilor să apere micii colindători, căci vrăjitoarea cea rea avea o statură impunătoare, o voce puternică, se exprima adesea amenințător și avea o baghetă magică pe care o îndrepta spre cei pe care îi simțea mai sensibili, dorind să-i intimideze.

Cu aceeași îndrăzneală au înfruntat-o și ei, ceata de îngeri care la Nașterea Domnului a apărut pe cer deasupra peșterii din Betleem dansând de bucurie și cântând primul colind:**„Mărire întru cei de sus lui Dumnezeu și pe pământ pace, între oameni bunăvoire!"** Cu aceeași bucurie sfântă, copiii au interpretat și au transmis celor prezenți emoția minunii pe care Dumnezeu a lăsat-o oamenilor din iubire, spre bucurie și mântuire.



Așa cum atunci răul a fost prezent în persoana regelui Irod, care orbit de dorința de putere și de strălucirea tronului împărătesc a perceput greșit noțiunea de „Nou Împărat născut", vrăjitoarea noastră, interpretată în mod excepțional

de eleva Ştefănescu Ana din clasa a V-a A, s-a luptat din toate puterile să strice bucuria serbării de Crăciun a copiilor, să transforme lumina în întuneric, să umilească, să aducă tristeţe şi durere.



Cu fiecare vers care-mi venea în minte, intuiam şi bucuria copilului care va contra vrăjitoarea, şi chiar nu m-am înşelat! Am insuflat fiecărui copil, chiar şi celor mai timizi, ideea că puterea îngerului şi a binelui, învinge răul. Au fost convinşi şi au interpretat pe măsură şi cei fără prea mult talent. Au intrat perfect în rol, si-au depăşit emoţiile şi au memorat cu plăcere textul primit, unii chiar şi pe al celorlalţi,ceea ce m-a surprins în mod plăcut. Asta dovedeşte că le place să se implice la modul cel mai serios, să facă faţă unui număr foarte mare de spectatori deşi în timpul repetiţiilor se plângeau adeseori că vor avea emoţii şi se tem să nu uite textul !

Pe tot parcursul serbării toată lumea aştepta cu interes ca, după fiecare număr prezentat, să apară iar vrăjitoarea cea rea în dispută cu ceata de îngeri. Textul a fost presărat cu suspans, imprevizibil,şi dacă nu ar fi cunoscut-o pe Ana de câţiva ani buni, s-ar fi temut cu adevărat de puterile ei malefice!

Având gândul cel bun, îngerii au plănuit cum să lucreze, astfel încât, sufletul rău şi întunecat al vrăjitoarei să nu afecteze nici un copil, să nu le strice nicidecum bucuria serbării pentru care s-au pregătit atât de mult, ba chiar mai mult, să devină şi ea un suflet iubitor, să poată aprecia lumina din jur, să simtă strălucirea sărbătorii, căci la rândul lor şi îngeraşii aveau baghete magice, cu praf de stele – din Steaua de la Betleem!



Îngeraşii au avut spor şi pentru că, se spune că în noaptea Naşterii lui Hristos nimic rău nu s-a întâmplat, pentru că nu se putea!Fiul lui Dumnezeu a venit în lume „Să se nască, Şi să crească, Să ne mântuiască!".Iar asta nu se putea face decât dintr-o iubire nemărginită şi puternică ce anulează orice rău cu forţa ei! Puritatea şi inocenţa acestor copii-îngeri a învins, nici nu se putea altfel. Şi într-un final vrăjitoarea cea rea a fost cu adevărat copleşită de atâta bunăvoinţă, a fost transformată într-o fiinţă bună care apreciază puterea rugăciunii de slavă – căci colindele asta sunt, rugăciuni de laudă pentru Pruncul Care se naşte în condiţii [illegible] pentru Dumnezeu, Care L-a trimis în lume pentru a ne [illegible] răul pierde teren, Vrăjitoarea a leşinat la un moment dat [illegible] praful de stele din baghetele îngerilor, orbită de strălucirea din jur, iar când şi-a revenit a pierdut pălăria... nici ea nu [illegible] praful de stele din baghetele îngerilor a avut efectul dorit, lumea din jur era altfel, magia Crăciunului a învăluit-o îmblânzind-o.



Pălăria neagră a vrăjitoarei a fost înlocuită cu beteala luminoasă care ne duce cu gândul la aureola îngerilor şi care ne aminteşte că orice om se poate transforma din rău în bun, se poate mântui, căci Dumnezeu nu vrea suferinţă în lume, ci pace şi armonie între oameni. Bagheta ei nu mai este o unealtă de temut, iar zâmbetul de pe chip o include şi pe ea în ceata îngeraşilor. Despre transformările unui elev cu apucături de nedorit în atitudini de laudă am tot vorbit la dirigenţie,dar parcă nici o lecţie nu a fost atât de uşor de înţeles. Pentru că le-a plăcut şi au trăit-o în direct,au simţit-o pe pielea lor când vrăjitoarea încerca să le smulgă aureolele sau să strice decorul, au fost uniţi împotriva ei şi au înţeles importanţa lucrului în echipă.



Însăşi vrăjitoarea recunoaşte că lumina este mult mai plăcută decât întunericul, că efortul de a „întuneca" totul în jur nu este justificat şi că numai în lumină te poţi bucura cu adevărat de prieteni, de putere, de rezultatele muncii tale. Lipsa egoismului aduce sufletului împlinire şi nu lasă loc intoleranţei, uneşte în iubire şi transformă în forţă tot ceea ce pare vulnerabil şi lipsit de valoare.

Aşa că nu a fost deloc greu nici Magilor să călătorească din ţările lor îndepărtate spre locul indicat de Stea, chiar dacă odată ajunşi la Ierusalim au fost confuzi când aceasta „...li s-a ascuns..."! Determinarea lor, alimentată de credinţă şi ştiinţă, le-a dat curaj să înfrunte un rege egoist şi necredincios, să rişte totul, numai să ajungă să ofere Pruncului darul lor, cu deosebită atenţie pregătit.

Împrumutând din atitudinea unor adevărați Crai, 3 băieți care niciodată nu au avut un rol atât de dorit, s-au autodepășit devenind de nerecunoscut, intrând în rolurile lor ca și cum asta ar face în fiecare zi, ar fi Cei Trei Crai de la Răsărit! Cu siguranță această „Joacă de-a magii" – cum li s-a părut inițial, le va rămâne multă vreme în minte și în suflet, căci a fost o joacă dirijată foarte bine spre învățare și cum poți oare învăța mai bine un eveniment sau o trăire decât punându-te în pielea celui ce a scris istoria lumii cu faptele sale!?



Și faptul că după primirea rolurilor au repetat singuri de foarte multe ori, înainte de a le da eu mai multe indicații,arată încă odată că a fost o activitate de învățare plăcută, captivantă, o adevărată provocare pentru minte și suflet!

Acest mod de lucru cu elevii are și rolul de a întări foarte mult relațiile colegiale, de a-i consolida ca și colectiv, de a-i responsabiliza și de a le pune creativitatea la lucru. Fiecare a venit cu interpretarea proprie, cu costumele personale, la care am adăugat și eu câte ceva pe ici colo, nu prea mult căci era foarte multă disponibilitate din partea lor și ar fi fost o mare greșeală să nu-I las să-și manifeste dorințele.

Le-am demonstrat în felul acesta că sunt capabili de mult mai mult decât credeau despre ei înșiși, că ora de religie se poate face atât de atractivă pe cât doresc ei, ba chiar mai mult dacă se implică din toate puterile lor. În acea zi s-au simțit importanți pentru că au fost valorizați, s-au mobilizat cu întreaga familie să iasă totul bine, lucru lesne de observat după zecile de poze și filmări ale spectatorilor postate pe grupul clasei, pe Facebook, pe unde au mai știut ei – părinții mândri de a descoperi în adolescentul pe care-l cresc cu drag, talente artistice nebănuite. Astfel, un au fost doar valorizați, ci au căpătat și un alt statut în ochii părinților, acela de copil responsabil.



Cu chip de înger au cântat colinde, cu zâmbet de copil pur și mulțumit au răsuflat ușurați când i-am lăudat pentru prestația lor, când au fost aplaudați, când au simțit în sufletul lor că toată lumea este mulțumită. Acum ei știu unii despre alții ...ceva, ce n-ar fi știut dacă alegeam o lecție clasică de predare, au prins altfel de aripi... un băiețel mi-a spus „Acum știu ce trebuie să fac la anul!"

Mărturisesc că ... fac o selecție riguroasă a pozelor care să reprezinte ... trăit ei, ce au transmis celor prezenți, cât erau de obosiți ... erau de ...sionați! Dar faptul că la finalul serbării au venit să-mi vorbească părinți pe care îi vedeam pentru prima data, să-mi mulțumească sau să mă felicite pentru ceea ce au văzut, mă face să-mi reproșez că nu am făcut-o mai devreme, căci în mintea mea am copt-o de câțiva ani !

În distribuție am avut

- Vrăjitoarea – Ana Ștefănescu
- Magii – Mihai Badea , Andrei Constantin, Dragoș Mihai
- Regele Irod – Dimi Udrea
- Gărzile regelui – David Duțulescu, Andy Ion
- Îngeri – cei mai pozitivi copii din clasă, mulți prezenți ca figuranți , de dragul de a fi împreună și fără să se supere că nu au avut decât o replica rostită în comun.



Și soldații sunt ocrotiți de îngeri sau... soldații apără și îngeri !?

"Doamna, ne-a plăcut!Mai facem și anul viitor? Vă rugăăăăăm !"

"Actorii" clasei a V-a A împreună cu „regizorul", vă salută cu respect și vă urează „Sărbători cu liniște și bucurii"!

EDUCAREA GÂNDIRII CRITICE ȘI FORMAREA VIRTUȚILOR INTELECTUALE ÎN ȘCOALA ROMÂNEASCĂ DE ASTĂZI

profesor Iolanda Olariu
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

De la Descartes și până astăzi, a devenit un loc comun ideea identității dintre existența și gândire. "Cogito ergo sum" este și astăzi afirmarea supremației gândirii asupra existenței. Numai că nu orice tip de gândire poate constitui un avantaj în construirea unui sistem bine articulat și funcțional de cunoștințe utile pe parcursul existenței noastre ca finite umane. Gândirea critică este acel tip de gândire care nu numai că ne formează ca și

personalități independente, ce nu pot fi manipulate și influențate de oricine și-ar propune acest lucru, dar are avantajul imens că poate fi deprinsă, învățată în procesul laborios al educației, atât formale, cât și informale.

Problema dezbătută tot mai intens în științele educației este dacă gândirea, ca și capacitate esențială cu care suntem înzestrați în mod natural este un dat care trebuie utilizat ca atare sau, dimpotrivă, poate fi educată în așa fel încât să ne formăm anumite deprinderi intelectuale.

Gândirea critică este o gândire sofisticată. Ca atare, se crede adesea că persoanele mai în vârstă o pot practica. Această afirmatie este falsă. Tinerii sunt capabili de o gândire sofisticată la nivelul lor de dezvoltare. Ei sunt chiar dornici să se implice în rezolvări de probleme complexe și să ia decizii de complexitate ridicată.

Educatorii au dezbătut multă vreme problema insusirii de informații spre deosebire de cunoștințe practice și conceptuale. Cei care susțin ca informațiile sunt cele mai importante cred, de obicei, că existau un anumit set de informații care, o dată învățate în mod adecvat, îi pregătesc pe copii să funcționeze optim ca participanți la viața socială. Cei ce cred că experiența practică și conceptele sunt esențiale, sugerează că informația în sine nu este suficientă. Mai degrabă, susțin ei, cunoștințele au valoare numai cand sunt utile și nu pot fi utile decât dacă sunt înțelese în mod conceptuali, putând fi aplicate practic, creativ și critic.

Nimeni nu se îndoiește de faptul că informațiile sunt importante. Oamenii trebuie să știe foarte multe lucruri pentru a putea face față cu succes solicitărilor cotitdiene. Ideea, însă, că exista un set de cunoștințe care îi va pregăti pe tineri pentru viitor devine cu atât mai puțin susținută cu cât ne dăm seama mai bine ca societatea se va schimba cât mai rapid.

Cea ce este necesar și tinerilor pentru a funcționa cu succes într-o lume schimbătoare va fi capacitatea de a cerne informațiile și de a decide ce este și ce nu este important. Va trebui să poată înțelege cum diferite informații se leagă sau pot să se lege să poată plasa în context idei și cunoștințe noi, să descopere înțelesul lucrurilor întâlnite pentru prima oară, să respingă informațiile care sunt irelevante sau false. Pe scurt, ei vor trebui să confere sens, în mod critic, cretiv și profuctiv, acelei părți din universul informațional pe care o vor întâlni în cursul vieții lor.

Pentru a manevra informațiile bine, tinerii vor trebui să știe aplica un set de deprinderi de gândire care să le dea posibilitatea să sorteze informația cu eficiență, transformând-o înțelesuri care la rândul lor să poată fi transformate în comportamente practice. Pe scurt, vor trebui să gândească și să învețe în mod critic. Aceasta nu se întâmplă, însă, în mod automat. Ei trebui să proceseze, să-și însușească și să uitlizeze informații și idei. Ei trebuie să parcurgă un proces sistematic de analiză și reflecție critică. Un proces nu numai că îi ajută să parcurgă informația în timpul școlii, dar care servește și drept bază pentru procesele ulterioare de gândire și reflecție critică. Pentru ca acest lucru să se întâmple tot timpul, tinerilor trebuie să li se ofere un cadru de gândire și învățare care să fie atât sistematic cât și evident. Sistematic, pentru ca să înțeleagă și să aplice procesul cu consecvență; evident, pentru ca să-și dea seama unde se află cu propria lor gândire, putând astfel să-și urmarească și să-și monitorizeze propriile procese de gândire când învață independent.

De vreme ce conceptul de "gândire critică" este profund legat de educație și de dezvoltarea virtuților intelectuale,este esențial să prezentăm sintetic fundamentele acesteia:

Învățarea gândirii critice vizează, în principal două perspective. Din perspective filosofică, sunt necesare următoarele: învățarea logicii și principiilor sale de raționare și argumentare; dezvoltarea gândirii raționale; un loc important oferit înțelegerii dimensiunilor morale și etice, întrebările, dezbaterile.

Din perspectiva psihologiei cognitive se identifică patru procese cognitive: gândirea creatoare, rezolvarea de probleme, luarea deciziilor, gândirea critică.

Pentru a-și dezvolta o gândire critică autonomă, un elev trebuie să dobândească anumite aptitudini intelectuale. Astfel, în scopul clarificării informațiilor, elevul trebuie să formuleze întrebări, să conceapă și să critice (eventual) definiții. El va distinge diferitele elemente ale unei argumentări, ale unei probleme, sau ale unei sarcini. Elevul va identifica problemele importante și va clarifica premisele.

În al doilea rând, pentru a testa fiabilitatea informațiilor tânărul va judeca întâi credibilitatea surselor și a informațiilor, va identifica presupozițiile implicite și va judeca validitatea logică a unei argumentări.

În al treilea rând, în scopul evaluării informației, elevul va trage concluziile potrivite, va face generalizări, deducții, va formula ipoteze, dar va și genera sau va formula de o manieră personală o argumentare, o problemă, o situație sau o sarcină.

Un tânăr însă mai trebuie să dobândească diferite atitudini particulare, cunoașterea subiectului dar și deprinderi metacognitive. Să menționăm de asemeni și importanța sesizării dimensiunii culturale și socio-economice pe parcursul dezvoltării gândirii critice.

Gândirea critică studiază un subiect sau o problemă cu mintea deschisă. Procesul debutează prin enunțarea aceea ce trebuie studiat, se continuă prin descoperirea și examinarea nenumăratelor posibilități și concluzionează printr-un exemplu a cărui înțelegere este bazată pe evident.

Putem oferi două accepțiuni conceptului de "critică": o accepțiune kantiană, care desemnează examenul evaluativ al categoriilor și formelor cunoașterii, înainte de a determina validitatea și valorile cognitive și o accepțiune care pune față în față rațiunea cu realitatea socio-istorică. Probabil că gândirea critică e cea mai fructuoasă când se aliază critica epistemologică și critica socială și pune sub semnul întrebării în mod constant și

activ formele încremenite ale gândirii și ale vieții colective, "simțul comun", dar și cunoștințele ce trebuie asimilate în școală. Deci, gândirea critică este cea care ne oferă mijloacele de a gândi lumea așa cum este, dar și cum ar putea fi.

Pseudogândirea critică în școală

De foarte multe ori, facem aprecieri superficiale cu privire la faptul că o persoană gândește bine sau nu, iar aceasta apreciere i par lesne de făcut. Dar există de asemeni un tip de gândire greșită fără intenție, care generează concluzii eronate, utilizate ulterior ca bază pentru decizii foarte importante. În mod frecvent, acest mod greșit de a gândi este aparat chiar de raționamente satisfăcătoare și tinde să copleșească modul corect de gândire. Persoane de altfel inteligente acționează eronat datorită acestui fapt. Foarte des acest comportament este generat în mod structural, probabil fiind rezultatul modului în care am fost obișnuiți să gândim. Acest lucru este ilustrat și de învățământul românesc.

Modul în care este structurat și funcționează formează, probabil, generații după generații care gândesc pseudo-critic, deși au convingerea că raționează profund și corect. Ei fac greșeli și nu știu că greșesc, dar vor corecta aceste greșeli dacă le vor fi semnalate. Cele mai frecvente greșeli de gândire sunt chiar elementare. Dar nimeni nu le poate lua drept model de gândire.

Acest tip de gândire poate fi necritică, dar nu este pseudo-gândire critică. Pseudo-gândirea critică este o formă de aroganță intelectuală mascată, în care gândirea este profund eronată, nu este doar prezentată ca model de excelență în gândire, dar și, în același timp, suficient de sofisticată pentru a atrage mai mulți oameni. Atunci când gândirea profund viciată e încorporată în procesul de predare educația tinerilor va suferi. Profesorii de la orice nivel, de exemplu, spun elevilor cum să gândească, ce sa gândească și ce nu, care sunt pașii unui algoritm de gândire corect, considerat singurul drum bun al gândirii, care sunt premisele și la ce concluzie trebuie să ajungă, unică acceptabilă.

Pseudo-gândirea critică există peste tot în lume unde există persoane care vor ele însele să fie modele de gândire corectă și îi pot influența pe alții prin modelul lor. Cei mai mulți oameni sunt victime ale modului greșit de a gândi, întrucât nu știu cum să-și analizeze și să-și evalueze propria lor gândire. În consecință, cred că gândirea lor este în mod instinctiv și natural de bună calitate. Adesea, oamenii iau de bune din greșeală unul sau mai multe moduri de gândire critică în viața personală, emoțională sau în viața de familie.

Se presupune că profesorii sunt calificați să [illegible] elevilor [illegible] ce să creadă, dar și cum să gândească despre matematică sau științe sociale, cum [illegible] aceste domenii. Cu toate acestea, mulți profesori au fost educați greșit. Multe întrebări [illegible] nate de la aspecte relevante spre cele irelevante. Multe nu îndeamnă către o lectură [illegible] pot vorbi în afara unui domeniu îngust, iar alții sunt chiar în urma propriului lor domeniu, ca urmare a lipsei perfecționării continue, a documentării în pas cu aria lor de calificare, a unei anume comodități intelectuale.

În plus, mediul educațional dominant în școli nu favorizează gândirea critică sau perfecționarea continuă a profesorilor (decât la nivel formal). La cele mai multe școli există foarte puține dezbateri pe probleme educaționale ori acestea sunt mai degrabă simpliste, nu oferă provocări intelectuale. Cunoscutele cercuri pedagogice sunt deseori prilejuri de socializare, mai degrabă decât de împărtășire a problemelor cu care profesorii dintr-o arie curriculară se confruntă la clasă și căutarea, prin dezbateri fecunde, a unor soluții viabile.

Și aceasta nu e totul: tipul de instruire care este răspândit la toate nivelurile este unul didactic formal. Tipul predominant de testare este bazat pe itemi cu alegere multiplă sau pe memorare. Cei mai mulți profesori, chiar din mediul universitar cer același lucru la cursul lor. De fapt, modelele de gândire prezentate în școală sunt în general profund criticate și motivul pentru care se întâmplă acest lucru este sistemul de învățământ însuși.

O mare parte din pseudo-gândirea critică derivă din lipsa unei corecte înțelegeri a unor standarde intelectuale de gândire disciplinată. Căci pentru că mintea noastră să rezolve o sarcină, este angajat raționamentul care poate fi condus bine sau nu. Iar ca să evaluăm raționamentele, avem nevoie de standarde intelectuale. Și se pare că aceste standarde nu sunt clare.

Probleme care apar sunt numeroase: standarde intelectuale sunt confuze sau eronate; se confundă memorarea cu cunoștințele; se confundă preferința subiectivă cu judecata rațională; se confundă persuasiunea rațională cu cea irațională; unii dintre termenii cheie sunt adesea vagi; se încurajează subiectivismul, deci notarea este arbitrară.

Cele mai comune confuzii ale gândirii pseudo-gândirii critice sunt:

1. Lipsa sau abuzul de standarde intelectuale: noi nu suntem educați să ne analizăm și să ne evaluăm gândirea. Ar putea fi util să amintim ca orice abilitate de gândire critică are trei părți: un proces, un obiect, un standard cum ar fi: capacitatea de a evolua informația în funcție de relevanța ei, capacitatea de a identifica ipotezele cu exactitate, capacitatea de a construi inferențe plauzibile, capacitatea de a identifica punctele de vedere relevante, capacitatea de a distinge informațiile relevante cu cele nerelevante.

2. Judecata rațională se confundă cu preferința subiectivă. Pseudo-gândirea critică apare atunci când întrebările care necesită răspunsuri corecte sau greșite sunt tratate ca și chestiuni de opinie. Elevii vor considera în consecință ca toate opiniile sunt egale ca valoare. Capacitatea lor de a aprecia importanța standardelor

intelectuale se diminuează, întrucât nu li se cer argument pertinente pentru susținerile lor sau nu se realizează o critică a acestora în mod constructiv.

3. O altă confuzie obișnuită care ne conduce direct către pseudo-gândirea critică este confundarea memorării cu cunoștințele. Acestea deoarece cea mai mare parte a procesului educativ implică prelegeri și cele mai multe teste se bazează pe reproducerea informației.. De asemeni, elevii tind să considere că toate informațiile din manual sunt corecte, deși evident se mai strecoară și greșeli. Iar ei nu trebuie să afirme că o astfel de informație este corectă doar pentru că au citit-o într-o carte, ci să știe care sunt temeiurile pe care se sprijină și care o fac adevărată. Deci elevii reproduc informația din manual, dar nu știu să explice de ce este așa.

4. Abuzul de intelect. Este important să vedem că inteligența și intelectul pot fi utilizate pentru scopuri pe care unii le numesc cunoștințe. Unii pot învăța să fie vicleni mai degrabă decât inteligenți, alunecoși mai degrabă decât clari, convingători mai degrabă decât rațional – persuasivi. Unii pot confunda aroganța cu încrederea în sine. În fiecare din aceste cazuri se constată o falsificare a dezvoltării unor trăsături din cele mai dezirabile. În planul finalităților educației, elevul se va forma ca o persoană calificată care pare doar rațională, dar va fi alunecos, prea încrezător fără a avea un fundament, dar acest lucru nu-l va împiedica să decidă în sensul manipulării celorlalți.

Predarea socrativă

Sursele intelectuale ale gândirii critice pot fi găsite cu mult timp în urma în istoria umanității, ajungând în final în practica predării și în viziunea socratică asupra cunoașterii. Socrate este cel dintâi gânditor occidental care a stabilit liniile directoare pentru tradiția gândirii critice. Pentru marele gânditor grec, gândirea confuză, credințele autocontradictorii, dovezile insuficiente sunt, în mare parte, retorica goală. Nu e neapărat ca persoanele care aparțin diferitelor nivele de autoritate să aibă cunoștințe profunde și capacitate de înțelegere: aceștia sunt frecvenți confuzi și iraționali. De aceea, Socrate a stabilit importanța demersului educativ de a pune întrebări profunde și de a sonda profund în gândire înainte de a accepta ideile ca adevărate. Metoda sa este astăzi cunoscută sub numele de "metoda întrebărilor socratice" și este cea mai cunoscută strategie de învățare a gândirii critice .

În predarea socratică ne concentrăm pe oferirea de întrebări elevilor, nu de răspunsuri. Elevii de liceu ar trebui să fie avantajați toți de faptul că studiază disciplina logică și argumentare, întrucât și-au format competențele concentrându-se pe raționament și argumente într-o manieră sistematică. Relațiile logice ce derivă dintr-o astfel de gândire disciplinată și pregătire [illegible] pentru un interogatoriu Socratic.

Din fericire, există un set predictibil [illegible] aplicabile la toate disciplinele, oferit de logica generală, care vizează calitatea raționamentului.

Întrebările pot viza obiectivele sau scopurile [illegible] pentru sonda natura problemei, problema însăși, sau sursele și temeiurile acesteia, dacă aveau sens și informații relevante precum și interpretări alternative. Putem analiza concepte cheie și idei, ipotezele de la care se pornește, implicațiile și consecințele afirmațiilor pe care elevii le fac. Toate acestea și multe altele reprezintă orientarea către întrebarile socratice.

Ca mod de abordare, metoda întrebărilor socratice reprezintă un proces bine organizat. Profesorul care le formulează acționează ca echivalent logic al vocii critice interioare, pe care mintea „o aude" atunci când se dezvoltă abilitățile de gândire critică. Contribuția fiecărui elev din clasă la răspunsurile către profesor seamănă cu multitudinea gândurilor critice din mintea lor. Și toate trebuie tratate cu grijă și în mod corect. Urmărind toate răspunsurile și selectând întrebările care aprofundează discuția, profesorul întruma clasa să gândească într-o manieră responsabilă din punct de vedere intelectual și în mod disciplinat, în timp ce îi agită continuu pe elevi prin formularea de noi întrebări care să faciliteze drumul lor către adevar.

Un set de întrebări socratice trebuie să îndeplinească anumite condiții pentru a-și atinge scopul:

- să păstreze discuția centrată pe subiect;
- să păstreze discuția în limitele unei responsabilități intelectuale;
- să stimuleze discuția cu întrebări de sondare;
- să rezume din când în când ceea ce s-a rezolvat parțial și ce nu;
- să atragă cât mai mulți elevi posibili în discuție.

Toate domeniile intelectuale sunt generate de un grup de întrebări la care răspunsurile sunt necesare. Mai mult, fiecare domeniu rămâne viabil în măsura în care noile întrebări sunt tratate cu seriozitate ca o forță conducătoare în procesul gândirii. Întrebările ne definesc sarcinile, exprimă problemele și delimitează aspectele. Pe de altă parte răspunsurile sunt adesea un semnal de opinie a gândirii. Numai dacă un răspuns generează o altă întrebare, el este fecund. De aceea este adevărat că numai tinerii care au întrebări de formulat gândesc și învață cu adevărat. Mai mult decât atât, calitatea întrebărilor pe care aceștia le formulează determină calitatea gândirii lor.

Un elev poate fi examinat pe orice subiect doar solicitându-i o listă cu toate întrebările pe care ei le au în legătură cu acesta și întrebările generate de toate cele formulate în primă listă. Ceea ce noi nu testăm la elevi cerându-le să explice semnificația acestora este din nou evidența statutului privilegiat al răspunsurilor izolate la întrebări.

În actualul nostru sistem de învățământ, mintea elevilor este alimentată continuu cu conținuturi informaționale vaste care trebuie memorate: propoziții declarative sau fapte. În schimb, elevii au nevoie de întrebări pentru a-și stimula gândirea și trebuie ei însiși să formuleze întrebări la întrebările noastre pentru a-și ghida gândirea pe o anume direcție. Căci gândirea nu este de nici un folos dacă nu duce undeva și, din nou, întrebările pe care le pun determina direcția în care gândirea se orientează. Doar atunci când are o orientare clară, putem spune că am învățat ceva de valoare pentru noi.

Întrebările profunde conduc gândirea noastra sub suprafața lucrurilor și ne forțează să ne ocupăm de idei complexe. Întrebările cu scop bine determinat ne obligă să ne definim sarcinile. Întrebările informative vizează sursele noastre de informație dar și calitatea acesteia. Întrebările de interpretare se referă la modul în care le organizăm sau dăm sens formație și luăm în considerare alternative ale acestui sens inițial. Întrebările de presupunere ne forțează să examinăm ceea ce luăm de bun. Întrebările de implicație ne determină să urmăm gândirea acolo unde ea ne conduce. Întrebările privind punctele de vedere ne fac să luăm în considerare și alte puncte de vedere relevante. Întrebările de relevanță disting ce se poate și ce nu se poate face pornind de la o întrebare. Întrebările de precizie, rigoare evaluează și testează adevărul și corectitudinea. Întrebările de consistență examinează contradicțiile gândirii noastre. Întrebările de logică ne obligă să luăm în considerare modul în care realizăm o sinteză a achizițiilor gândirii noastre pentru a asigura că totul are sens într-un sistem argumentat rațional.

Întrebările formulate doar de formă, care cer drept răspuns o informație ce trebuia memorată din manual, sunt întrebări care nu generează nimic, sunt moarte. Iar întrebările moarte reflectă minți moarte.

Pentu cei care gândesc critic, înțelegerea informației este începutul, mai degraba decât sfârșitul învățării. A gândi critic preupune a cântări idei, a le examina implicațiile, ale expunerii scepticism politicos, ale pune în balanță cu alte puncte de vedere opuse, a construi sisteme de argumente care să le sprijine și să le dea consistență și a adopta o poziție pe baza acestor structuri. Gândirea critică este un proces complex de integrare creativ a ideilor și resurselor, de reconceptualizare și reîncadrare a conceptelor și informațiilor. Este un proces de cunoaștere activ și interactiv care are loc simultan la mai multe nivele. De obicei, gândirea critică este orientată spre scop, dar poate fi un proces crator, în care scopurile sunt mai puțin clare.

Virtuțile morale și intelectuale ale persoanei cu gândire critică

Modul nostru de a gândi reflectă ceea ce suntem. Virtuțile morale și cele intelectuale sunt interconectate. În acest sens, trebuie să cultivăm un anume tip de independență, curaj, [illegible]ritate, perseverență, empatie și gândire corectă. Tânărul trebuie să aibă conștiință [illegible] ce implică lipsa pretențiilor intelectuale nefondate, lăudăroșeniei, alături de [illegible] logice ale gândirii sale. Acest gen de umilința intelectuală își are originea în modestia lui Socrate, care spunea: „știu că nu știu nimic".

De asemeni, elevul trebuie să-și dezvolte curajul intelectual de a înfrunta și avansa idei, convingeri sau puncte de vedere față de care avem puternice atitudini negative. Curajul intervine aici deoarece, inevitabil, vom ajunge uneori la unele idei considerate ca inacceptabile sau absurde, iar sancțiunile pentru nonconformism pot fi severe.

Dezvoltarea empatiei intelectuale: elevul trebuie să aibă conștiința nevoii de a fi în locul celuilalt, al interlocutorului sau, astfel încât să-l înțeleagă mai bine. Acest lucru va atenua tendința noastră egoistă de a identifica adevărul cu propriile credințe sau convingeri. Empatia intelectuală presupune corelarea capacității de a reconstrui cu exactitate punctele de vedere și raționamentul altora.

Integritatea intelectuală: recunoașterea nevoii de a păstra aceleași standarde riguroase ale raționamentului, ale evidenței pentru oricine și de a admite cinstit discrepanțele și inconsistențele în propria gândire, ca și în a celorlalți.

Orice tânăr trebuie să-și educe încrederea în rațiune; încrederea ca în demersul său intelectual cel mai mare interes propriu și al omenirii în ansamblu vor fi cel mai bine servite prin acordarea de libertate rațiunii, încurajând oamenii să ajungă la propriile lor concluzii, gândind logic și coerent, să-i convingă pe ceilalți rațional și să devină persoane raționale, în ciuda obstacolelor minții umane, dar și ale societății.

Pentru a-i determina pe elevi să-și însușească virtuțile intelectuale, trebuie să-i facem să recunoască diferențele semnificative dintre gândirea superioară a unui adept al gândirii critice și superficialitatea acumulării de informație doar cu ajutorul memoriei. Putem raționa corect în domenii în care avem prejudecăți numai dacă ne dezvoltăm repere mentale pentru un astfel de raționament.

În general, pentru a dezvolta virtuțile intelectuale, trebuie să creăm o colecție de experiențe analizate, care trebuie să ne ferească de capcanele gândirii experiențelor anterioare și raționamentelor în legătură cu ele. Aceste modele de experiență trebuie să se încarce de sens pentru noi. Ce înseamnă acest lucru pentru predare? Aceasta implică un conținut concentrat pe lucrul cu propriile noastre minți și experiențe, dar și ale altora, care trebuie să devină obiect de studiu; elevii trebuie să le analizeze și să înțeleagă în mod clar ceea ce fac.

Toate experiențele au trei elemente, fiecare dintre acestea pot necesita un control special în procesul analitic:

1) ceea ce urmează să fie experimentat;

2) un subiect care experimentează, cu propriul lui punct de vedere, cu un set propriu de convingeri,

atitudini, dorințe și valori, etc.

3) unele interpretări sau conceptualizări ale situației.

Pentru a lua parte la orice experiență, elevii trebuie să aibă în vedere trei seturi distincte de întrebări:

1. Care sunt faptele primare ale situației? Care este cea mai neutră descriere a situației?
2. Care sunt interesele, atitudinile, dorințele, temerile în legătură cu situația dată?
3. Cum interpretez situația din punctul meu de vedere? Cum altfel ar putea fi interpretată?

Elevii trebuie, de asemeni, să exploreze interrelatiile aceste trei părți:

Cum îl afectează punctul de vedere, valorile dorintele mele ceea ce eu am observat cu privire la această situație?

Cum anume sunt impedicat să observ alte lucruri?

Cum aș putea interpreta respectiva situație observând acele lucruri?

Cu cât elevi au mai multe sarcini care le solicită să realizeze mai multe analize care implică gândirea creativă, ei vor câștiga mai multă experiență în ceea ce privește evitarea prejudecăților, a capcanelor în gândire a modelelor greșite de gândire. Ei își vor dezvolta virtuțiile intelectuale deoarece pentru că vor interioriza, le vor înțelege și le vor intui, acestea nu vor fi doar sloganuri. Valorile lor de bază și procesele gândirii tinerilor vor fi în schimbare și vor deveni tot mai intergrate.

Cu cât elevii vor avea mai multe sarcini care le solicita să realizeze mai multe analize ce implică gândirea critică, ei vor câștiga mai multă experiență în ceea ce privește evitarea prejudecăților, a capcanelor în gândire, a modelelor greșite de gândire. Ei își vor dezvolta virtuțile intelectuale deoarece le vor interioriza, le vor înțelege și le vor intui, nu vor doar sloganuri. Valorile lor de bază și procesele gândirii tinerilor vor fi în simbioză și vor deveni tot mai integrate. Viața lor intelectuală și afectivă va presupune și gândire critică implicită preferabilă autorității textelor, profesorilor, a grupurilor.

Din păcate, în învățământul nostru nu se predau și nu se formează acum virtuți intelectuale. Însă dacă le-am integra în curriculum, am avea un fundament integrarea cognitiv-afectivă a elevilor. O asemenea integrare este bază pentru o puternică gândire critică, pentru dezvoltare morală, dar și cetățenească. Și având în vedere complexitatea vieții contemporane în toate coordonatele ei, se cere perseverență și încredere în rațiune. Căci tinerii devin cu ușurință comozi, leneși din punct de vedere intelectuali sau retrași din punct de vedere civic dacă lumea despre care ei învață la școală, nu seamănă cu ceea ce văd pe stradă sau la TV.

Bibliografie:

1. K.R. Popper, "Societatea deschisă și dușmanii ei"
2. Derek Rowntree, "Învață cum să înveți [illegible]"), prima ediție apărută în 1970
3. Charles Hobbs, "Organiser votre temps. [illegible] 1988"
4. Simona Elena Bernat, "Tehnica învățării [illegible] presa universitara UBB, Cluj, 2003

ANTREPRENORIATUL PRIN "ART PEISAJ", O PROVOCARE PENTRU ADOLESCENȚI

profesor Florența Bocanci

Colegiul "Vasile Lovinescu" Fălticeni, județul Suceava



Din nevoia de a le dezvolta abilitățile practice de antreprenoriat și din necesitatea punerii în practică a cunoștințelor teoretice, în anul școlar 2011-2012, subsemnata, profesor Bocanci Florența, am implementat la clasa a XI-a S.A. proiectul „Firma de exercițiu „ART PEISAJ" – rampă de lansare în afaceri".

Obiectivul general al proiectului a fost educarea și formarea tinerei generații prin apropierea de activitatea practică și de realitatea economică, promovând dezvoltarea unei gândiri și atitudini antreprenoriale.

Grupul țintă a fost reprezentat de cei 28 de elevi ai clasei a XI-a S.A., cadrele didactice de specialitate care predau la clasa respectivă și cele care au calitatea de profesor coordonator al celorlalte firme de exercițiu din școală.

Proiectul s-a derulat în perioada 2011-2015.

Activitățile propuse în proiect au fost: Firma de exercițiu – „cea mai bună practică"; Înființarea Firmei de exercițiu „Art Peisaj" S.R.L.; Organizarea structurii F.E. „Art Peisaj" S.R.L.; Tehnici de angajare a personalului în firma de exercițiu; Participarea F.E. „Art Peisaj" S.R.L. la Târgul local al firmelor de exercițiu; Derularea de tranzacții între firmele de exercițiu din școală și din țară; Întâlniri cu partenerii de afaceri prin contacte directe datorită participării la competiția Business Plan; Întărirea relațiilor de colaborare cu mediul real de afaceri; Analiza situației economico-financiare a F.E. „Art Peisaj" S.R.L. la sfârșitul anului școlar.

Firma noastră s-a înființat în anul 2011, având ca principal obiect de activitate *serviciile de arhitectură peisagistică*, cunoscând până în prezent o dezvoltare continuă.

Adresa firmei este: *Colegiul „Vasile Lovinescu", Fălticeni,* str. Maior Ioan, nr. 10, jud. Suceava, iar *capitalul social este de 140.000 lei, împărţit în 1400* părţi sociale, fiecare având valoare egală **de 100 lei;** fiecare asociat deţine un număr de 50 părţi sociale.

Viziune: Ne propunem ca în următorii 2 ani de activitate să deţinem o pondere însemnată din piaţa F.E. în domeniul aranjamentelor florale, decoraţiunilor, amenajărilor spaţiilor verzi (5%); F.E. va atinge un nivel însemnat al cifrei de afaceri (10.000 lei).

Misiune: Oferirea de servicii de proiectare, amenajare şi întreţinere spaţii verzi, şi oferirea spre comercializare a arborilor şi arbuştilor ornamentali, aranjamentelor florale, care să satisfacă toate nevoile clienţilor.

Strategie: Fidelizarea clienţilor prin politici adecvate de promovare şi printr-un standard ridicat de calitate: certificare şi acreditare a produselor/proceselor.

Politica firmei noastre consideră majoră protecţia mediului şi a consumatorului, motiv pentru care susţine şi promovează folosirea de produse bio, care este de fapt tendinţa stilului de viaţă al următorilor ani.

În primul an de activitate, am încercat şi am reuşit să atingem obiectivele propuse, ajungând la sfârşitul anului să depăşim pragul de rentabilitate înregistrat.

Desfăşurarea activităţilor a avut în vedere ca elevii să beneficieze de o instruire optimă care deserveşte atât şcoala, ajutând la împlinirea scopurilor ei, mediul de afaceri al oraşului, cât şi integrarea absolvenţilor astfel formaţi în viaţa profesională.

Metoda de învăţare „firma de exerciţiu" reprezintă o bază de formare care să satisfacă cerinţele pieţei muncii, aflate în concordanţă cu standardele europene.

Obiectivul general al învăţării prin firma de exerciţiu îl reprezintă dezvoltarea spiritului antreprenorial, prin:

- familiarizarea elevilor cu activităţile specifice unei firme reale;
- simularea operaţiunilor şi proceselor economice specifice mediului real de afaceri;
- perfecţionarea limbajului de afaceri;
- dezvoltarea de competenţe şi atitudini necesare unui întreprinzător dinamic: creativitate, gândire critică, rezolvarea de probleme, luare de decizii, asumarea responsabilităţii, lucrul în echipă, iniţiativă, perseverenţă, autoorganizare şi autoevaluare a resurselor individuale, flexibilitate.

Obiectivele specifice ale aplicării acestei metode de [illegible] se referă la:

- dezvoltarea spiritului antreprenorial al elevilor din [illegible]fesional şi tehnic;
- facilitarea trecerii absolvenţilor învăţământului profesional şi tehnic de la şcoală la viaţa activă;
- dezvoltarea spiritului antreprenorial al adulţilor prin programele de formare profesională continuă.

Implementarea conceptului de „firmă de exerciţiu" îşi propune crearea *tipului de întreprinzător dinamic,* capabil să dezvolte un nou proces de producţie, să aducă pe piaţă un nou produs sau serviciu sau să descopere o nouă cale de distribuţie.

Rezultatele preconizate în urma aplicării acestei metode sunt:

- ✓ creşterea gradului de inserţie a absolvenţilor pe piaţa muncii;
- ✓ reducerea perioadei de acomodare la locul de muncă;
- ✓ adaptabilitate mai bună la schimbarea locului de muncă;
- ✓ flexibilitate;
- ✓ asumarea iniţiativei şi a riscului.

Firma de exerciţiu în învăţământul profesional şi tehnic, reprezintă o componentă a curriculumului naţional pentru profilul Servicii şi a curriculumului în dezvoltare locală pentru celelalte profiluri. La nivel extracurricular elevii participă la târguri interne şi internaţionale ale firmelor de exerciţiu.

Elevii au fost instruiţi într-un cadru atractiv, creativ, interactiv şi au participat voluntar şi motivat la propria formare. Şi-au format spiritul antreprenorial, şi-au asumat riscuri şi responsabilităţi, pentru o piaţă a muncii aflată într-o continuă schimbare.

S-au intensificat acţiunile de transmitere mai eficientă a cunoştinţelor de specialitate, metodice, lingvistice, competenţele - cheie privind acţiunea autonomă, capacitatea de adaptare, sentimentul răspunderii, spiritul de echipă, capacitatea de conducere.

În anul şcolar *2012-2013,* firma de exerciţiu, înfiinţată cu un an în urmă, **la nivelul clasei a XI-a S.A. (actualmente a XII-a S.A.),** se înscrie pentru a participa la competiţia **BUSINESS PLAN,** *faza pe şcoală,* **unde ocupă locul I.**

În *perioada 2011-2013,* partenerii proiectului (competiţiei **BUSINESS PLAN)** au fost: Centrul Naţional de Dezvoltare a Învăţământului Profesional şi Tehnic, Ministerul Educaţiei, Cercetării şi Tineretului, Centrala Reţelei Firmelor de Exerciţiu/Întreprinderilor Simulate –ROCT, KulturKontakt Austria, Patronatul Tinerilor Întreprinzători din România şi Asociaţia „EURO 26". Pe parcursul acestor ani şcolari, partenerii au organizat patru ateliere de lucru pentru elevii şi profesorii coordonatori, în vederea dezvoltării competenţelor antreprenoriale, a abilităţilor de comunicare şi a transferului de bune practici, în vederea elaborării unui plan de afaceri în concordanţă cu cerinţele mediului de afaceri real.

În raport cu competenţele care se pot dobândi prin firma de exerciţiu, competiţia Business Plan facilitează:

- **Valorificarea spiritului antreprenorial, a iniţiativei stimulate prin firma de exerciţiu (virtual) în condiţii reale;**
- **Familiarizarea elevilor cu activităţile specifice mediului real economic;**
- **Asumarea riscului utilizând instrumentele specifice managementului riscului;**
- **Dezvoltarea unor competenţe necesare unui întreprinzător dinamic: gândirea critică, luarea deciziilor, asumarea responsabilităţilor, autoorganizarea şi autoevaluarea resurselor individuale;**
- **Promovarea colaborării dintre firmele de exerciţiu şi mediul economic real;**
- **Încurajarea competiţiei şi a competitivităţii firmelor de exerciţiu implicate.**

Pe data de 14 martie 2013 a avut loc la Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir", Suceava, *faza judeţeană* a Competiţiei **BUSINESS PLAN,** la care **F.E. ART PEISAJ S.R.L.** a ocupat **LOCUL I,** *calificându-se pentru faza regională.*

Echipa care a reprezentat firma de exerciţiu la competiţie a fost constituită din elevele de clasa a XII-a: Maxim Andreea şi Gafincu Cosmina Vasilica.

În a doua parte a lunii aprilie 2013, echipa firmei de exerciţiu a fost invitată să participe la un atelier de lucru, la Iaşi. Alături de celelalte firme care au ocupat primele trei locuri la fazele judeţene din regiunea de N-E a ţării, atât profesorii coordonatori, cât şi elevii, şi-au dezvoltat competenţele şi abilităţile de comunicare în vederea transferului de bune practici şi a elaborării unui plan de afaceri în concordanţă cu cerinţele mediului de afaceri real.

Pe data de 30 aprilie, la Colegiul Economic Administrativ din Iaşi s-a desfăşurat *etapa regională*, iar firma de exerciţiu ocupă, din nou, **LOCUL I.** Astfel, ajunge la Focşani, în judeţul Vrancea, la **etapa naţională**, din perioada 5-7 iunie. Aici, echipa Colegiului „Vasile Lovinescu" obţine **LOCUL III pe ţară,** cele doua eleve, **Maxim Andreea şi Gafincu Cosmina Vasilica demonstrând că nimic nu este la întâmplare şi că punând la un loc munca, pasiunea, priceperea, competenţele antreprenoriale poţi ajunge alături de cele mai bune firme de exerciţiu din ţară, care au întocmit şi prezentat unele dintre cele mai eficiente planuri de afaceri.**

Mulţi ar fi de părere că a fost o experienţă benefică pentru ambele părţi, însă, aş mai adăuga că rezultatul a reprezentat, în acelaşi timp, întruchiparea atâtor ani de muncă şi învăţare, respectiv de efort constant pe întreaga perioadă a desfăşurării competiţiei din partea [illegible]

Până în prezent, pe lângă activitatea obişnuită [illegible] a participat la **Târgul local al F.E.**, organizat de colegiul nostru, **Târgul regional al F.E. de la Paşcani –Iaşi**, în anii 2014, 2015, 2016 şi 2018,2019, la **Târgul Internaţional al F.E. la Bucureşti** – 2014, 2016, la **Târgul de Primăvară al FE de la Cluj Napoca** – martie 2017, la **Târgul FE „RIVULUS DOMINARUM TINERET" de la Baia Mare** – decembrie 2017, 2018, la concursul judeţean „**Iniţiativa în afaceri**" – Suceava, unde a obţinut mai multe premii şi menţiuni, la secţiunile organizate.

Afacerea noastră este viabilă pe termen lung şi are mari şanse de dezvoltare pe piaţa reală, deoarece cererea de amenajări peisagistice este în continuă creştere, acestea fiind în topul preferinţelor clienţilor, indiferent de vârstă.

ADOLESCENŢA ŞI CRIZA MATURITĂŢII

profesor Elena Bunea
Liceul Tehnologic "Alexandru Ioan Cuza", Slobozia, judeţul Ialomiţa

Dat fiind faptul că se află într-o perioadă de schimbări rapide biologice, psihologice şi sociale şi că trebuie să ia decizii majore în aproape toate ariile vieţii (de exemplu, alegerea carierei), se dovedeşte uneori extrem de dificil pentru adolescenţi să atingă un sentiment plenar al identităţii. Ca urmare, adolescentul trăieşte o aşa numită criză de identitate deoarece nu ştie foarte bine cine este sau încotro se îndreaptă. Erikson (1950, p.139) arată că adolescentul tipic gândeşte în modul următor despre sine însăşi: „Nu sunt ceea ce mi-aş dori să fiu, nu sunt ceea ce voi fi, dar nici nu mai sunt ceea ce am fost".

Crizele de viaţă au fost definite ca situaţii personale care apar atunci când structurile testate ale adaptării şi apărării nu mai sunt adecvate pentru asimilarea noilor cerinţe care pot veni fie din interiorul fie din exteriorul individului. Apare atunci o slăbire a gândirii şi sentimentelor şi o dezintegrare cel puţin parţială. Este însoţită de anxietate şi perplexitate şi, adesea, şi de acţiuni impulsive. Sunt foarte probabile regresiile, cu reapariţia formelor grosiere şi primitive ale fantasmei, gândirii şi afectivităţii. S-a spus că tiparul unei adolescenţe normale este asemănător unui balansoar sau unui du-te-vino între evoluţie (a merge înainte) şi regresie (a se agăţa de trecut).

Acestor idei adăugăm consideraţiile de mai jos pentru a permite reflecţia cu privire la adolescenţă: ce este normal/anormal în această perioadă a vieţii? Este adolescenţa o perioadă de criză?

Adolescenţa este o perioadă a vieţii pe cât de uimitoare pe atât de năucitoare, fiind cunoscută în majoritatea culturilor drept o perioadă plină de provocări, atât pentru adolescenţi cât şi pentru adulţii care le sunt alături. Pe lângă realităţile pe care le presupune, adolescenţa este înconjurată şi de o serie de mituri pe care ştiinţa le-a dovedit a fi false. Iată cum stau lucrurile, de fapt:

– „hormonii dezlănţuiţi îi fac pe adolescenţi să o ia razna sau să-şi piardă minţile" – este adevărat că activitatea hormonală creşte în această perioadă, dar nu hormonii determină schimbările şi comportamentele specifice. Ceea ce trăiesc adolescenţii, la nivel interior şi în manifestările lor se datorează în primul rând **modificărilor în dezvoltarea creierului.** Înţelegerea acestor modificări şi a influenţelor pe care le au este esenţială pentru a-i putea înţelege şi sprijini pe adolescenţi.

– „adolescenţa este pur şi simplu o perioadă de imaturitate, iar ei nu trebuie decât să o depăşească şi să se facă mari" – dimpotrivă, adolescenţii nu au nevoie doar să supravieţuiască acestei perioade ci tocmai datorită ei se pot dezvolta armonios în viaţa adultă. Transformările şi provocările adolescenţei sunt cele care **pregătesc terenul pentru dezvoltarea trăsăturilor de caracter** fundamentale care se vor dovedi extrem de importante în viaţa adultă.

– „în adolescenţă a te face mare presupune tranziţia de la o dependenţă foarte mare de adulţi către o independenţă totală faţă de aceştia" – tranziţia sănătoasă către vârsta adultă se face prin **interdependenţă**, nu prin izolare. Adolescenţii trec de la nevoia de a fi îngrijiţi de părinţi către nevoia de a se baza mai mult pe egali şi apoi la dezvoltarea capacităţii de a acorda ajutor celorlalţi.

Atunci când trecem dincolo de mituri noi reuşim să vedem adevărurile care se ascund în spatele lor. Adolescenţa nu este o perioadă de „nebunie" sau de „imaturitate" ci este o perioadă esenţială a vieţii, plină de intensitate emoţională, creativitate şi implicare socială. Adolescenţa reprezintă esenţa a ceea ce „ar trebui" să fim, a capacităţilor şi nevoilor noastre.

Bibliografie:

1. Erikson, E. H. (1968), *Identity: Youth and crisis*, New York: W. W. Norton
2. Adler, A. (1929/1996), *Cunoaşterea omului*, Bucureşti: IRI

DE LA CONFLICT LA IERTARE

profesor Paul Romaşcu
Colegiul Economic "Dim[illegible] Suceava, judeţul Suceava

Adolescentul, acest mare necunoscut, parcurge un drum complex de maturizare şi descoperire pe sine. E perioada unor întrebări existenţiale care aşteaptă un răspuns.

În interacţiunea cu ceilalţi colegi, cât şi cu sinele esenţial, apar uneori stări conflictuale. Schimbul de replici părăseşte zona dialogului rezonabil, iar polemica devine ceartă, nevroză. De obicei, se spun cuvinte care dor, care jignesc şi afectează aproape iremediabil buna convieţuire între actorii actului de comunicare. Comunicarea este în criză.

În creştinism, pentru a ne putea întâlni cu Hristos şi pentru a-L putea primi în fiinţa noastră, trebuie să nu fim certaţi cu cineva. În Predica de pe Munte Hristos ne spune: " Deci, dacă îţi vei aduce darul tău la altar şi acolo îţi vei aduce aminte că fratele tău are ceva împotriva ta, lasă darul tău acolo, înaintea altarului, şi mergi întâi şi împacă-te cu fratele tău şi apoi, venind, adu darul tău."(Matei cap.V, 23-24).

Dumnezeu este modelul deplin al iertării. Din dragoste faţă de om El L-a dat pe unicul său Fiu, care a fost fără de păcat, drept jertfă pentru ispăşirea păcatelor noastre.

Pe scurt, a ierta este dovada iubirii. Prin iertare anulăm resentimentele şi dorinţa de răzbunare. Emoţiile negative se dezintegrează şi sunt înlocuite de emoţii pozitive.

Prin iertare ne eliberăm de durere şi mânie.

Iertarea se cuvine să fie deplină, cu toată fiinţa. Dacă cineva ar spune "te iert, dar nu te uit", atunci iertarea nu este completă. Fiinţa este împărţită în două: o parte care a iertat ofensa adusă şi o parte care nu poate uită răul suferit. Abia atunci când ai uitat răul suferit poţi spune că ai iertat cu adevărat.

Hristos ne învaţă să nu răsplătim răul cu rău, ci să facem ceea ce este bine. Iertarea celui care te-a jignit, nu te-a respectat, te-a pus într-o lumină proastă în faţa clasei este un proces dificil. El necesită timp şi ajutor de la Dumnezeu.

Pentru a uita răul, pentru a îndepărta ura şi voinţa de răzbunare este bine să vorbim cu Dumnezeu în rugăciune. Rugăciunea începe cu cuvintele şi, cu harul lui Dumnezeu care este în noi, ne curăţam sufletul de orice ţinere de minte a răului suferit. Treptat, cel care este certat cu altă persoană, prin rugăciune poate să îl ierte şi chiar să se împrietenească cu el.

A purta ură şi invidie faţă de un coleg este, în cele din urmă, o povară personală.

Biserica are rânduită o rugăciune pentru cei care sunt în conflict cu altă persoană, "Rugăciune pentru vrăjmaşi". Voi reda o parte din ea în rândurile care urmează.

"Căci pe Cruce fiind răstignit între cei doi tâlhari şi batjocoririle de la cei potrivnici primind, spre Cer Ţi-ai ridicat ochii şi cu bunătate Te-ai rugat: „Părinte, iartă-le lor, că nu ştiu ce fac!". Tu, Doamne, ne-ai învăţat să nu stăm împotriva celui rău şi ai zis: „De te va lovi cineva peste obrazul cel drept, întoarce-i şi pe cel stâng". Asemenea, Tu ne-ai poruncit zicând: „Iubiţi pe vrăjmaşii voştri, binecuvântaţi pe cei ce vă blestemă, faceţi bine celor ce vă urăsc şi rugaţi-vă pentru cei care vă vatămă şi vă prigonesc, ca să fiţi fii ai Părintelui vostru cel din Ceruri, căci El răsare soarele Său peste cei buni şi peste cei răi, şi plouă peste cei drepţi şi peste cei nedrepţi".

Tu Însuţi, întru tot bunule Împărate, caută la mine, nevrednicul robul Tău, şi dă-mi tărie, ca să nu mă mânii împotriva vrăjmaşului meu şi să nu-i întorc lui loviturile cu răzbunare, căci „numai al Meu este a răzbuna", grăieşte Domnul. Iar nouă, făpturilor celor după chipul şi asemănarea Ta, ne-ai poruncit Tu Însuţi „ca să nu apună soarele peste mânia voastră" şi daruri la sfintele Tale altare să nu ducem până nu ne vom fi împăcat mai întâi cu cei în neînţelegeri cu noi!

Tu, deci, Care în luminoasa şi sfânta rugăciune „Tatăl nostru" ne înveţi să ne rugăm zicând: „Şi ne iartă nouă greşelile noastre, precum şi noi iertăm greşiţilor noştri", ajută-mi mie, Doamne, ca potrivit cuvintelor Tale să răsplătesc cu bine celor care mă urăsc...".

Prin exerciţiul rugăciunii se modifică modul în care ne comportăm cu celălalt. Un părinte duhovnicesc spunea că "Creştinul nu se roagă cu cuvintele, ci cu faptele."

Rugăciunea de mai sus se rosteşte cu dragoste faţă de Dumnezeu şi smerenie. Sub "umbrela" dragostei intră îndelunga răbdare, bunătatea, curajul, modestia, bunul simţ, blândeţea, puritatea şi onestitatea.

Regele David spune în Psalmul 119,1:"Către Domnul am strigat când am fost necăjit şi m-a auzit."

Despre puterea rugăciunii şi sprijinul pe care îl primeşte adolescentul în situaţiile conflictuale, de ceartă vorbesc la unison toţi sfinţii părinţi. De exemplu, Sfântul Ioan Gură de Aur spune:" Rugăciunea este armă puternică (...) temelie a liniştii; rugăciunea este temelie şi izvor şi mamă. a nenumărate bunuri şi este mai tare decât puterea unui rege."

În drumul de la conflict la iertare adolescentul este bine să facă apel la rugăciune, să stea de vorbă cu Dumnezeu, să recapete pacea pierdută şi să-i ierte pe cei care i-au greşit. Prin iertare cel îndepărtat redevine cel apropiat.

În loc de concluzie:

"Cel mai important prieten: Dumnezeu.

Cei mai buni însoţitori: părinţii.

Cea mai bună casă:casa ta.

Cea mai mare fericire: conştiinţa împăcată

Bibliografie:

1. Biblia sau Sfânta Scriptură (1993), Tipărită sub îndrumarea şi cu purtarea de grijă a Prea Fericitului Părinte Teoctist, Patriarhul Bisericii Ortodoxe Române, cu aprobarea Sfântului Sinod, Editura Institutului Biblic şi de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, Bucureşti.

2. "Picături de înţelepciune" (2007), traducere din limba greacă de Ştefan Nuţescu, Schitul Lacu, Sfântul Munte Athos, Editura Evanghelismos, Bucureşti.

3. Gheorghe Badea (2008), "Flori alese din învăţăturia Sfântului Ioan Gură de Aur", tipărită cu binecuvântarea Înalt Prea Sfinţitului Pimen, Arhiepiscop al Sucevei şi Rădăuţilor, traducere de Gheorghe Badea şi Constantin Bogdan Badea, Editura "Sf. Mina", Iaşi.

ADOLESCENŢA – VÂRSTA MARILOR PROVOCĂRI

profesor Adriana Busuioc

Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, judeţul Suceava

"Adolescenţa este perioada în care luăm universal prea în serios"
(Mihai Relea)

Adolescenţa e cea mai frumoasă perioadă din viaţa noastră. Liantul inevitabil între copilărie şi maturitate vine în fiecare dintre noi, ca "o etapă de furtuni şi stres". Adolescenţa este "vârsta celei de-a doua naşteri", ce ne propulsează în lumea maturităţii, care de multe ori ne ia prin surprindere.

Cine ar putea defini cu adevărat adolescenţa? Poate că toţi şi poate că niciunul, fiecare definim adolescenţa aşa cum o simţim şi cum o trăim, ar fi o singură definiţie şi ar fi un infinit pentru fiecare.

Adolescenţa aceasta e ca un "copil nehotărât" care ba vrea una, ba vrea alta şi tot aşa acesta ne rupe uneori de acea lume minunată a fluturaşilor, forţându-ne să intrăm în portalul responsabilităţilor, formându-ne astfel, încetul cu încetul, pentru următoarea etapă, cea a maturităţii, cea a atribuţiilor. Rolul ei este, aşadar, să ne formeze, dar să ne şi înveţe să visăm şi să simţim. E o perioadă a plânsului, a râsului, a iubirii, a urii, a bucuriei şi a tristeţii, e o perioadă în care le avem pe toate şi nu avem nimic, în care ne înţelegem propriul ego şi nu prea, în care suntem împotriva tuturor şi toţi sunt împotriva noastră. Acum simţim că dărâmăm ziduri prin ceea ce

putem face noi, acum construim castele de nisip ce mai târziu se vor spulbera în apa învolburată a mării, pe care ne-o aduce maturitatea, acum visele noastre sunt tangibile, iar noi avem aripi ca să ajungem la ele, acum totul e posibil, prin simplul nostru zâmbet și prin simpla noastră poftă de viață, pentru că, în noi, acum, se ascunde o lume a misterelor, ce ne lasă să plutim dincolo de orice graniță.

Adolescența e contradicția ce se instalează în noi și care alungă inocența copilăriei cu ochi umili și înlăcrimați, ce înțelege că trebuie să cedeze locul acestei "infatuate" rebelă.

Adolescența înseamnă libertate, o libertate pe care nu vrem să ne-o știrbească nimeni, pentru că ni se cuvine, așa credem noi. Libertatea ne creează în adolescență aspirațiile pe care mai târziu fie le materializăm, fie le abandonăm ca pe o epavă intr-un port părăsit. Acum, libertatea e cerul nostru senin, pe care nu acceptăm să se creeze nici un nor și nici o constrângere. Adolescența este momentul când ne permitem să urmăm expresiile "cu capul în nori" sau "trăiește clipa". O definire lirică a adolescenței aș putea să o întocmesc prin prima strofă a poeziei "Exotic" de Ștefan Petică, ce mi se pare că simbolurile utilizate ar putea dezvălui cu succes însușirile esențiale ale acestei perioade: "Lumină, soare și senin/ Vestesc în viers fermecător/ Acele cânturi ce ne vin/ Din depărtatul arzător".

Dorința cea mai înaltă de cunoaștere și de descoperire a "pulberilor de fum" [3] se activează acum, în adolescență, deschizându-ne porți noi către orice dimensiune.

În cele din urmă, putem spune că adolescența este starea pe care o simți atunci când o trăiești și pe care o trăiești așa cum o simți.

Bibliografie

Radu,N (1995), Psihologia vârstelor. adolescență. Schiță de psihologie istorică, Editura Fundația Română de Mâine, București

Adolescents "*Journal of Youth and Adolescence*", 26 pp.165-189

SECȚIUNEA: ELEVI

ADOLESCENȚA

Drăgoi Alexandra
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

A mai trecut un an
Iar adolescența își lasă urmele
Pline de noroi și praf pe o cale
Pe care singură trebuie să merg
Am în spate un amurg
Și luna ce mă călăuzește
Cu a ei tristă dragoste
Și îmi trimite scrisori scrise cu stele
Dulce,adolescență mă faci mai puternică

CHIP, NECHIP

Furtună Alina
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

M-am îndepărtat de ei doar pentru cinci minute, tind să cred că nici nu m-au văzut, parcă nici n-aș fi existat. Deși sunt aici, am materie, mă pot observa în oglindă, nimeni nu mă vede. Simt că voi bufni și nimeni nu mă va consola pentru că nimeni nu-mi oferă atenție.

Am intrat în muzeu de zece minute, grupul de persoane s-a îndepărtat, ghidul a trecut parcă prin min, de parcă n-aș fi avut prezență fizică, doar de-ar putea să-mi simtă bătăile inimii explodând în interiorul meu și lacrimi șiroaie inundând în gol pereții muzeului. Poate e doar un coșmar , cu siguranță mă voi trezi curând și teama de singurătate se va evapora.

Asta e, trebuie să accept că aici nimeni nu mă poate vedea [illegible] uzi, sunt ca un nor de praf care dansează în lumină. Merg de ceva timp, nu știu unde, vreau doar [illegible]ile și lacrimile să-mi detoneze inima. Încă îmi târâi pașii alene pe pardoseala rece a muzeului, dar mă oprește robotic ascultând urletele din colțul coridorului. Mă apropii cu inima în gât și cu dinții încleștați, maxilarul încordat și respirația mea auzindu-se ca un ecou în propria-mi minte.

Nu văd pe nimeni, în schimb în fața mea e o oglindă spartă, cu suprafața prăfuită. Mă apropii, îmi văd chipul evaporându-se. Acum însă mă-ntreb: am fost vreodată reală sau doar o înfățișare a subconștientului vostru?

OBSESIE ADOLESCENTINĂ

Ciobanu Cătălin Mihai
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Ești o Stea pe-un cer întunecat,
Scăpărând difuz în univers,
Un curcubeu, pe-un cer înnourat,
Purtând în colorit un dor nești.
Dacă-ai ști cât te-am iubit cândva,
Am suspinat și nopți și zile,
Dar între noi, acum s-a rupt ceva...
Azi acele clipe-mi sunt străine!
Surâsul tău mă înfioară,
Ochi-ți verzi acum mă împietresc,
Nu mai este ca odinioară ,
Când te vedeam simțeam că te iubesc.
Azi suntem doi indivizi ciudați,
Doi atomi ce nu se contopesc,
Doi aștri îndepărtați,
Două culori ce nu se potrivesc.

INIMĂ DE ADOLESCENT

Duman Ramona
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Aș vrea să pot zâmbi la soare
Aș vrea să pot râde ca un fulg.
Aș vrea, dar în încercarea mea
Nu fac decât să cad mai mult.
Cum mă pot face rece,
Dacă am o inimă caldă?
Cum mai pot opri iubirea
Care-mi iese-n cale?
O, aș vrea să iubesc precum cerul
Ce iubește brazii cei mari.
Ce-i încarcă cu atâta zăpadă
Iar ei se bucură enorm.
Aș fi vrut să fiu precum o adiere.
Sau să fiu o flacără în soba casei,
Sau o flacără din inima ce-n mine arde,
Sau măcar o scânteie muribundă.
Ah, cel mai minunat ar fi să fiu lumină
Să luminez în întuneric.
Să luminez inimile celor ce au nevoie de iubire.
Să luminez peste tot.
Pe pământ sau în cer.
Să luminez oricând.
Ziua și noaptea.
Să luminez pe oricine.
Rău sau bun.
Dar, cel mai important,
Să-mi luminez
Pentru tine , Adolescență!

MODELUL MEU

Arhip Andreea
Liceul Tehnologic "Victor Mihăilescu Craiu" Belcești, județul Iași

De-a lungul vieții mele s-au ivit multe probleme. Nu a fost ușor să trec peste acestea, dar am avut o adevărată motivație pentru a face aceasta. Tata m-a învățat mereu că problemele nu se vor sfârși niciodată și că nu trebuie să mă dau bătută. Trebuie să lupt chiar dacă simt că nu mai am putere.

Tata era un om înalt, chipeș, cu ochii căprui și rotunzi ca mărgelele agățate de șifonierul bunicii, din odaia cea buna.

El m-a învățat tot ceea ce știu acum și anume: m-a învățat să îi iert pe cei din jurul meu chiar dacă nu de fiecare dată meritau pe deplin; m-a învățat să fiu darnică, că numai așa dar din dar se face rai; m-a învățat să fiu miloasă și să fiu compătimitoare cu cei chiuiți de soartă și aflați în suferință; m-a învățat să fiu respectuoasă, într-un cuvânt m-a făcut să înțeleg ce înseamnă să fii om!

Acum un an în urmă, din cauza unor probleme de sănătate, Dumnezeu a hotărât ca drumurile noastre să se despartă și mi-a luat de lângă mine cea mai importantă persoană, după mama.

De când viața a luat o întorsătură fără posibilitate de schimbare, mama și-a luat în spate atribuțiile lui și este un adevărat model pentru mine, deoarece în ciuda problemelor de tot felul, care s-au adăpostit asupra ei, nu s-a prăbușit și are grijă de mine, subjugând și atribuțiile ce îi reveneau tatei.

Curajul de care a dat dovadă m-a făcut să îmi dau seama că am cea mai puternică mamă și o iubesc mai presus de orice.

Ea m-a făcut să realizez că nu trebuie să las viața să treacă pe lângă mine și atâta timp cât mai pot, să îmi realizez o carieră de succes și să îmi formez o familie frumoasă și fericită.

CINE SUNT EU ?

Bucată Tudor Cristian
Colegiul Național "Cuza Vodă" Huși, județul Vaslui

Timpul ne conduce. Dragostea și istoria sunt sortite eșecului.

Toți ne-am întrebat măcar o singură dată în viață: Cine sunt eu?

Mi-a fost și îmi este greu să-mi amintesc fiecare detaliu, fiecare poveste. Nu pentru că aș fi un actor senil pe scena liberalistă a unei metropole comuniste, ci pentru că doare... Ce anume doare atât de tare?

...fuziunea imaterială a organului tetracameral și a computerului fascinant, folosit la o cotă infimă, ce poate controla parțial ceea ce suntem. Amintirile, fărâme din nou ce fug neîncetat în jurul nostru, ucigând-ne fericirea, și sentimentele – oglinda creației divine... Sufletul! Nu este un organ palpabil ca toate celelalte, precum ochii, ficatul, rinichii sau inima, nu este o umbră asasină... precum trecutul, sau o oglindire continuă, asemenea viitorului.

Sufletul, dragul meu cititor, este prezentul. Nu putem schimba ce a fost, ce clișeic sună. Ce am făcut acum 10-20 de ani sau poate chiar acum 5 minute este ce am vrut să facem, o contopire stângace a instinctului și a dorinței. Oamenii se pot schimba, nu doar vremurile în care trăiesc, dar aceasta este o poveste pentru alte pagini ale umilei mele compuneri milenare. Viitorul... este doar ce am putea face sau vrem să facem... mii de opțiuni ce depind direct de o singură alegere.

Dar prezentul, ce este prezentul?... o floare de mac secerată de vântul fierbinte al verii, o lacrimă, o melodie? Oferim prea multă valoare obiectelor, prea multă corupție a gândirii spirituale. Prezentul este în oameni, este ceea ce sunt ei acum, acum, acum...

Nu contează ce a fost, trecutul aduce nefericire, dar nici ce va fi, viitorul înseamnă griji, ci doar ce este acum. Ne pierdem ca niște prolifici printre răspunsurile marilor întrebări existențiale, pe axa temporală, uitând că cele 3 puncte (ieri, azi și mâine) trebuie să fie tangente într-o singură coordonată comună: niciodată. O unitate adverbială, marcă a temporalității ce ar trebui să ne aducă fericirea. Cum? Încă nu știu.

Scriu această carte de mai bine de 20 de ani (1an) și încă nu am aflat cine sunt, ce vreau sau ce pot face. Prezentul necesită o incontestabilă continuitate latentă și eternă, pe când eu am ales să ofer tot ce am strâns până acum- nu amintiri... nu le vreau, nu am nevoie de ele, le voi uita- ci sentimente unei cauze pierdute. Rebeka nu a fost niciodată a mea, Herry a plecat, Anna... m-am comportat ca un monstru cu ea. I-am batjocorit sentimentele, poate pure, cu aberațiile mele filosofice. Am decis că este mai bine să o las să plece. Nu merita asta, era o copilă atât de bună.

V-am spus vreodată că am teoretizat atât de mult valorile și principiile mele, încât am devenit un mincinos. I-am mințit pe cei din jurul meu, [illegible] reînceput să vorbesc cu Isa, la care renunțasem tot din lașitate. Ziua citeam, uitam să mai mănânc, beam cafea și mă ascundeam sub umbra copacului mai bătrân decât timpul din fața casei mele, seara ieșeam în sat și mă pierdeam prin bucuria prietenilor mei. Eram trist, nu mai eram mereu cu Herry, îmi lipseau glumele lui, chiar și cele mai puțin inspirate. Înainte de a începe vacanța ne certasem, îmi spunea că eram prea insistent, acel cuvânt folosit, blestematul acela de cuvânt mi-a rămas captiv în minte, când mă gândesc la Herry, de undeva departe se aude ecoul unei voci tinere, aritmice care vrea să-mi lovească gândurile crescând într-un haos copilăros. Nu mai voiam să îl supăr, nici pe el sau pe nimeni altcineva. Seara citeam pe veranda casei, sub lumina palidă, difuză a unui felinar alb, bătrân, melancolic. Când oboseam, fie ziua sau noaptea, îmi plăcea să simt pământul arzând sub picioarele mele goale, apoi adormeam, visam că pot fi eu însumi, că pot arăta cât de mult îmi pasă de cei din jurul meu fără a fi respins. În acea vară aveam să câștig ceea ce nu îmi mai doream demult, cel mai bun prieten. Herry renunțase la Mara, o credea mult prea imatură, ea la fel. În ultima seară în cămin el a plecat fără să-și ia rămas bun. Eram prins la mijloc, încercam să readuc la viață ce-a distrus el. În zadar, Mara nu mai voia să îl vadă, îi dau dreptate.

Acum, când încă mai neagă că o iubește pe Amanda, după ce și-a hrănit sufletul otrăvit de orgoliu cu frumusețea și puritatea acelor tinere: Melania, Maya, Mia- o altă fată cu care începuse să vorbească imediat după ce a fost respins de Maya, pe care jura că o iubește, se cufunda în inumanitate- egoism, invidie, gelozie.

Eu am găsit o altă fată. Îi urasem „la mulți ani". Mi-a răspuns seara, având să vorbim continuu din acel moment. Era o prietenă bună dintre ale Andreei și Izabelei. Ne înțelegeam bine, chiar foarte bine, numele ei era Ioana. Era atât de frumoasă! Îi simțeam puterea în voce, ochii ei îi trădau timiditatea. Urma să ne întâlnim, dimineața fusesem la un curs, având ca la prânz să ne vedem. Anulase. Mi-a spus că nu mai poate veni. Așteptam singur pe o bancă în parc, era liniște, cald. După câteva minute sau poate o oră, am văzut-o venind. Nu știam ce să fac, inima îmi bătea atât de repede, respiram atât de lent, parcă voiam să opresc timpul și viața în loc. Am luat-o în brațe. Parfumul ei dulce, cu arome de mai, negrul fericit din ochii ei căprui, macii de pe buze, cu toate acestea ea era aproape perfectă, perfect minus unu. Preț de câteva veacuri am stat împreună, unul lângă celălalt, mâinile ni s-au apropiat prin mișcări stângace de copii. Zâmbea atât de frumos. Nu era iconică, Herry îi vedea frumusețea a fi de o mediocritate jalnică. Era timpul să plec, câteva minute și aș fi pierdut autobuzul. Am luat-o în brațe, îi simțeam inima bătând, sângele alunecând prin vene, îi simțeam sufletul. Am plecat. Ajuns

acasă, îi povestesc lui Herry despre întâlnirea cu Ioana. Îmi spusese că este urâtă, nu am ripostat, am așteptat ca procustantul meu să termine exercițiul revoltei. Îi ascultam sfatul imperios. Seara, Ioana îmi ceruse cele câteva poze făcute împreună. A fost ultima dată în care am mai vorbit cu ea. Credeam că Herry avea dreptate. Probabil că în acea seară a așteptat până târziu un semn de la mine, poate că și dimineața la fel sau chiar poate întreaga zi sau poate chiar și mai mult, până când și-a pierdut speranța. Renunțasem la ea. M-am lăsat condus din exterior. Așa făceam eu. Îi lăsam pe cei din jurul meu să ia deciziile importante în locul meu. Fugeam mereu, mă ascundeam până când trecea furtuna.

Și acum cred că fac la fel, mă ascund, dar ce pot face? Ce mai pot schimba? Da, oamenii, vremurile, totul se schimbă, dar eu? Uneori mă întreb cum ar fi stat treburile dacă nu aș fi fost ca mine. Mereu am văzut la cei din jurul meu acea simplitate uimitoare. Îmi doream să pot trăi în acea liniște notorie, în care îmi puteam păstra copilăria. Încă de mic mi-am dat seama că trebuie să muncesc mereu mai mult și mai mult. Când simt că am obosit, iau o mică pauză, apoi o iau de la început. Mereu la fel. Și... ce am câștigat? Nu știu dacă am pierdut ceva, nu-mi place să pierd. Am rămas cu câțiva prieteni care acum sunt simple stafii la trecutului, povești pe care nu vreau să le spun. Am ajuns să am un singur regret... uneori am fost mult prea eu. Din acea seară nu am mai vorbit cu Ioana. Nu pot spune că îmi părea rău, aș fi mult prea ipocrit.

Nu mai citeam, nu mai beam cafea, nu mai lucram, tot ce făceam era să mă afund în încercarea de a învăța să mă cunosc. Renunțasem la cartea mea, găseam mereu o scuză pentru a face altceva.

Ne pierdem prin gesturi copilăroase, imprudente, seci. Așteptăm să ningă cu șoapte de lacrimi. Cerșim iubiri și fericire, cerem tot neoferind nimic în schimb. Am creat o lume pe care o urâm, din care vrem să plecăm, o lume în care nu putem să ne legăm sufletele, nici măcar de amintiri. Ne hrănim cu cenușa noastră, dulce, albă, fadă. Ardem! Suntem variante perfecționate ale răului nostru. Edward, Herry, ei ce fac? Edward se amăgește cu visul unei iubiri temporare. Senili, hipersensibili, neînțeleși, aruncați într-o disperare fără margini, iubind o zeiță al cărei chip nu îl cunoaștem ne numim oameni, gânditori sau genii.

CELELALTE FEȚE

Furtună Alina
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Ne uităm în oglinda însușirii
Și ne admirăm exteriorul,
E asta o formă a firii?
Sau pur și simplu ne ignorăm interiorul...
Uitând ce-a fost, trăind ce este
Îți ascunzi celelalte fețe,
Iar sub întunericul asfințit de soare,
Inima… te doare.
Și când sub cerul inundate de farmece,
Îți recunoști greșeala
Devine inutilă vina…te-amețește oboseala,
Iar când adormi, timpul trece
Te scaldă-n vin, devii rece.

ADOLESCENȚA

Vameșu V. Monica Ionela
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Se spune că adolescența este „cea mai frumoasa parte a vieții", și într-adevăr așa și este.

Este perioada în care începem să descoperim tot ce ne iese în cale pornind de la experiențe noi, prieteni noi , și cel mai important , ne descoperim pe noi înșine. Descoperim ceea ce suntem noi cu adevărat ,ce vrem de la noi, visele pe care le avem și hopurile pe care trebuie să le întâmpinăm în acest „drum al adolescenței" iar asta este cel mai important.

Ne maturizăm pe zi ce trece lăsând copilăria în urmă și viața care pare a fi roz , plină de veselie și lucruri frumoase, și facem trecerea către maturitate cu pași repezi, plini de emoție , cu teama de eșec în sufletul încă de copil, spre o lume pictată în tonuri de gri , cu reguli clare și standarde înalte ale societății în care trebuie să ne adaptam.

Pe parcurs, apar ușor provocările . Prima iubire, primii fluturi în stomac ce ne fac să ne simțim minunat, încrederea pusă în persoane care promit să facă parte din viața noastră pentru totdeauna , primele întâlniri și sentimente care ne fac să iubim mult mai mult această etapa a vieții noastre.

Apar despărțiri, trădări , anturaje ce ne ies în cale ,certuri cu cei din jurul nostru care par a nu ne înțelege trăirile , eșecuri, temeri care trebuiesc înfruntate deoarece avem o singură viață ce trebuie trăită din plin învățând lecții din greșelile noastre sau ale altora, nefiindu-ne teamă să o dăm în bară, deoarece în aceste lucruri constă firescul acestei etape.

Adolescența este o luptă continuă cu noi înșine , cu cei din jurul nostru, cu provocările care sunt benefice pentru a ne putea maturiza , cu grijile ce apar în viața noastră , cu temerile , cu eșecurile din care trebuie să învățăm lecții,cu tot ceea e înseamnă nou, spre a putea evolua frumos, pentru a deveni oamenii de mâine :capabili, fără frustrări și regrete, oameni puternici, de neînvins.

Trebuie să o trăim din plin ,bucurându-ne de tot ce ne iese în cale căci așa au fost și cei dinaintea noastră, așa suntem și noi, și așa vor fi și cei din urmă: temători în ceea ce privește necunoscutul și dornici de a-l descoperi ....

REZONANȚA IUBIRII

Rusu Violeta Iuliana
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Ca la „3 Ierarhi„ din Iași, bat clopotele mari
În moldovene inimi, de aici și din Ferentari
Vibrația iubirii și rezonanța ei o simte trăitorul
Și pasagerul de sub teiul care a inspirat amorul.
Nu-i singur Eminescu, toți suntem sclavi iubirii
Trăim și pătimim de o potrivă, așa cum ne e dată firii
În singurătate și mângâiere, tânjim în lipsa ei!
„Vezi mamă ce mă doare și pieptul mi se zbate!„
- Oare ce e?
Răspunsuri fără număr apar din toate sursele de azi
Dar până nu trăiești momentul și suferi după caz,
Nu poți defini trădarea, devotamentul și iubirea,
Noțiuni cu care se întâlnește zilnic omenirea

GENUL NOSTRU

Feraru Alina
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Liric,
Să facem poezie,
Din tot ce-a mai rămas,
Din om, neom și sufletul
Să fac eu primul pas.
Epic,
Să scriem o poveste,
Legendă despre noi,
Un om, neom și sufletul
Să fim iar amândoi.
Dramatic,
Să facem totul real.
Să facem iar magie.
Din om, neom și sufletul
Să fie poezie.
Ireal,
E tot ce ne-nconjoară,
Când vis e...fantezie
E om, neom, e suflet,
Din lumea asta moartă,
Să facem poezie.

RĂZBOI ÎNTRE LUMI

Feraru Alina
Colegiul Economic "Dimitrie Cantemir" Suceava, județul Suceava

Poate în fiecare seară,
Există cineva care,
Mută luna din loc
Ca să vadă ce-i dincolo
De ea.
Poate în fiecare zi
Cineva trebuie,
Să ardă soarele,
Cu propria-i armă,
Și când vin ploile
Să fim scăldați
În sânge.
Poate războaiele
Sunt degeaba când,
Noi,
Ne topim de dor,
De durere,
Și când ieșim în soare...
Rămâne doar sufletul,
Înecat în noapte.
Poate o inimă frântă,
Luminează cerul
În fiecare noapte.
Poate un suflet stins,
Înecă luna în locul
Unde a murit.
Ca din ape
Să răsară
Un alt cer.

SECȚIUNEA: DESENELE ELEVILOR



Nistoroaie Gheorghe



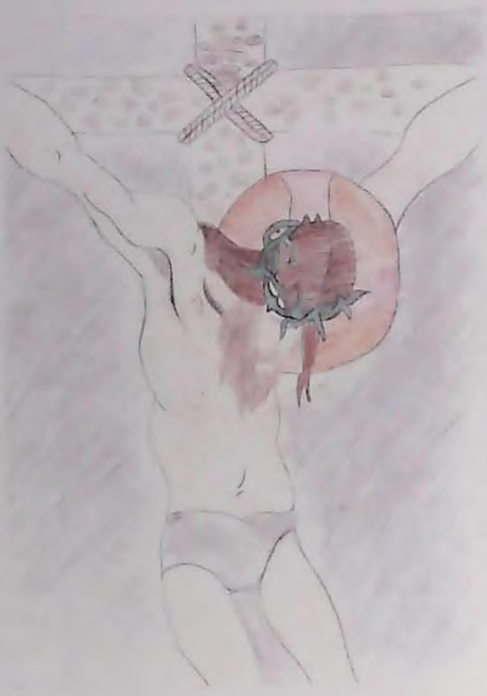
Anton Sebastian



Verhovetchi Vadim



Lukian Delia



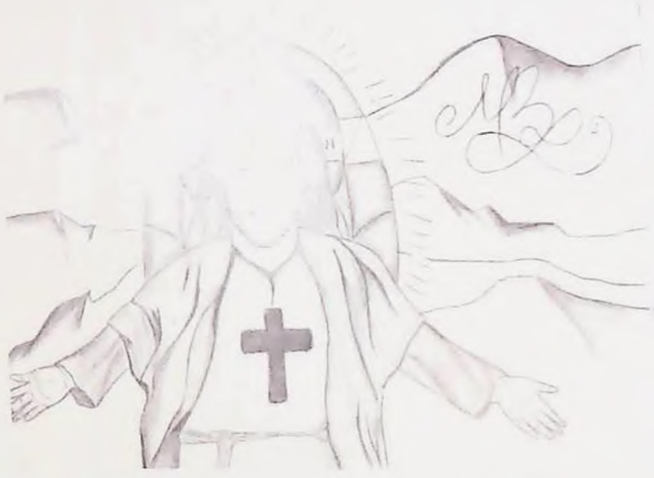
Tipa Adriana



Abramov Ion



Gavrilovici Robert



Bucur Mario Cătălin

Revista "Provocările adolescenței"

numărul 3 / 2020



ISSN 2601 – 0712