REVISTA CMBRAE

ANUL V – NR.7 / DECEMBRIE 2020

ISSN 2501 -7020

ISSN – L 2501-7020

Revista periodică on-line editată de Centrul Municipiului București de Resurse și Asistență Educațională

REDACȚIA

Sediul:
Str. Heliade intre vii nr.36,
Sector 2, Bucuresti

Tel/Fax: 031.805.31.90
Email:
revistacmbrae@cmbrae.ro

web site:
www.cmbrae.ro

ISSN 2501 -7020

COLECTIV DE REDACȚIE

COORDONATORI:
Aurelia Florina Stănculescu
Robert Florin Florea

REDACTORI
Mădalina Radu
Carmen Manuela Cazan
Marcela Claudia Călineci

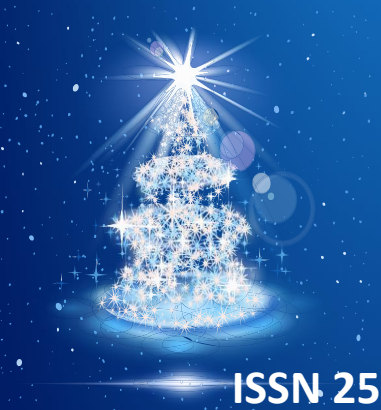
GRAFICA & DTP
Sergiu Bîgu

LA REALIZAREA ACESTUI NUMAR AU COLABORAT:
Silvia Ciotir
Marcela Claudia Călineci
Ana Maria Oancea
Luminița Mitrofan
Cristina Eftimie
Iosefina Constantinescu
Daniela Beșliu
Loana Lavinia Ioniță
Monica Pătlagean
Ionela Stan
Radu Mădălina
Ioana Andreea Ciocâlteu
Anda Anca Rodideal
Aurelia Florina Stănculescu
Robert Florin Florea
Speranta Lavinia Țibu

ISSN – L 2501-7020

SECȚIUNILE REVISTEI

Bune practici
Evenimet
Studii
Proiecte de succes
Share
Apariţii editoriale



ISSN 2501 -7020

CUPRINS

Solitar, dar solidar! –Arta de a fi rezilient.....pag. 4

Stres şi adaptare în vremea pandemiei.....pag. 6

Capcanele internetului.....pag. 14

Toată Şcoala Gimnazială General Eremia Grigorescu citeşte.....pag. 19

Consilierea carierei la clasa I – un model de activitate.....pag. 20

Proiectul „Cunoscându-mi rădăcinile, mă cunosc pe mine”.....pag. 22

Factori determinanţi în alegerea profesiei la adolescenţi.....pag.25

Inteligența digitală în consilierea școlară.....pag. 39

Studiul privind percepţia elevilor părinţilor şi a profesorilor
asupra activitaţii zilnice în perioada de autoizolare – ISMB-CMBRAE, mai 2020.....pag. 44

Studiul privind opţiunile şcolare şi profesionale.
ale elevilor din clasele a-VIII-a 2020.....pag.53

Democratic Together.....pag.55

Proiectele merg mai departe.....pag.56

Consilierea carierei la ciclul primar în ţările participante
la proiectul Erasmus + JOBLAND.....pag. 63

Responsabilitatea privind Legea dreptului de autor pentru conţinutul articolelor publicate aparţin in exclusivitate autorilor.

Toate drepturile ecestei ediţii aparţin editorului – CMBRAE.
Orice reproducere integrală sau parţială, prin orice procedeu, efectuat fără permisiunea editorului este ilicită.
Sunt acceptate reproduceri cu acordul scris al editorului, strict rezervate utilizării sau citării în scop ştiinţific.

ISSN – L 2501-7020

EVENIMENT

SOLITAR, DAR SOLIDAR! –ARTA DE A FI REZILIENT

PROFESORI CONSILIERI ŞCOLARI: RADU MĂDĂLINA ŞI IOANA ANDREEA CIOCÂLTEU

11 martie 2020 este data la care autorităţile au decis închiderea unităţilor de învăţământ din România. Ţin minte că mi-am luat ambii copii de la grădiniţă şi priveam în jur cu teamă, în mijloacele de transport. Zilele care au urmat am încercat să ma uit la TV, să fiu cât pot să fiu de informată, crezând că pot să deţin controlul. Mi-am dat seama repede că nu toate lucrurile sunt în controlul meu, dar că depinde de fiecare să facă lucrurile să conteze pentru cei din jur.

Într-una din lungile nostre conversaţii zilnice, vorbind cu Andreea, buna mea prietenă, s-a născut ideea unei campanii despre rezilienţă, în care să fie implicaţi consilierii şcolari. Am decis să vorbim despre rezilienţă, deoarece cu toţii, adulţi şi copii deopotrivă, trebuie să ne adaptăm la ceea ce înseamnă în acest moment realitatea fiecărei dimineţi, aşa cum îi place Andreei să spună.

Avem un grup pe Facebook Consilieri şcolari/logopezi din România, cu peste 1800 de membri, doar cu resurse umane din CJRAE/CMBRAE şi am decis împreună să vedem cine din grup ar mai adera la ideea noastră. Era 17 martie 2020 şi simţeam nevoia să ne implicăm, să facem ceva pentru beneficiarii noştri.

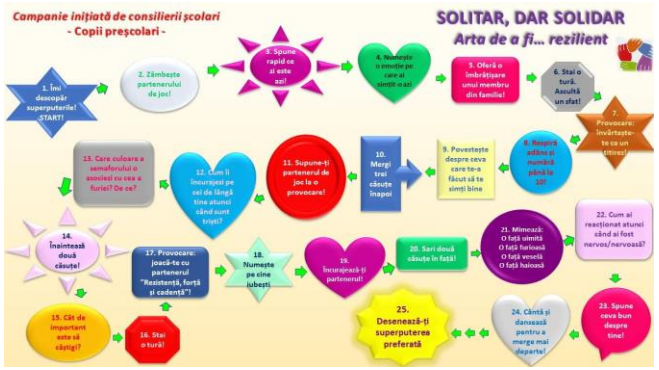
Spre suprinderea noastră am avut imediat ecou. Ne-am strâns 14 persoane din 6 CJRAE din ţară şi municipul Bucureşti. În data de 30 martie 2020 campania noastră era în online. Am lucrat foarte mult, încercând să adaptăm definiţia rezilienţei la specificul de vârstă al copiilor cărora ne adresam şi să avem activităţi interesante, ludice, pe care să le facă cu plăcere şi nu constrânşi. Ne-am dorit să cultivăm comportamente cu aport comunitar, să implicăm membrii familiilor, ai comunităţii şcolare din care elevii fac parte şi ai comunităţii în sens mai larg. Pentru că am lucrat materiale pentru toate nivelele de vârstă, de la preşcoar la liceu, campania s-a viralizat în online, astfel încât pe data de 2 aprilie 2020 aveam deja publicate pe pagina ***CJRAE/CMBRAE proiecte şi activităţi de succes*** primele lucrări, de la o şcoală din Câmpina.

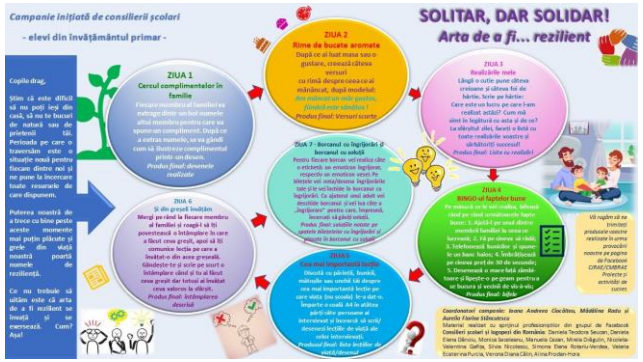
Până în prezent sunt aproape o mie de lucrări ale elevilor, de toate vârstele, din toată ţara. ABC-ul recunoştinţei, Copacul faptelor bune, Rime de bucate aromate, Cea mai importantă lecţie, Bingo-ul faptelor bune, Lanţul mesajelor optimiste, Ziua recunoştinţei sunt doar câteva exemple din activităţile propuse elevilor în această campanie.

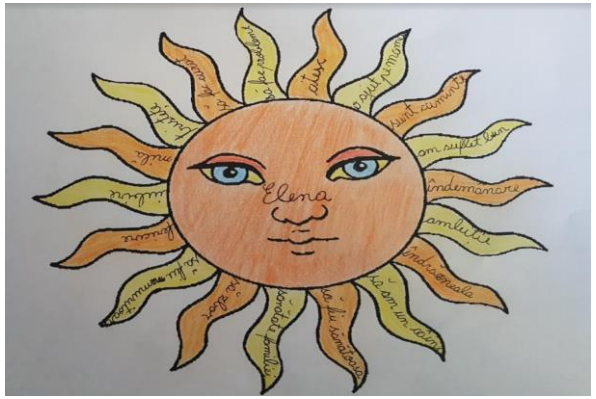
Continuăm campania cu un chestionar adresat cadrelor didactice, astfel încât să răspundem nevoilor lor cu un ghid de activităţi de consiliere. Avem implicat şi un grup de ambasadori juniori EPAS, aşa că lucrurile bine făcute, aduc aproape oameni tineri, muncitori şi frumoşi, de care avem atâta nevoie.

Credem cu tărie că profesorul consilier şcolar este antrenorul încrederii în sine al copiilor, facilitatorul relaţiilor dintre şcoală, părinţi şi o persoană resursă pentru cei din jurul său. Şi pentru că am vorbit despre resurse, aş vrea să le mulţumesc celor care au răspuns Da!

- Alina Prodan-Hora-CMBRAE
- Aurelia Stănculescu, CMBARE
- Daniela Teodora Seucan-CJRAE Satu Mare
- Daniela Elena Dănoiu-CMBRAE
- Monica Seceleanu-CMBRAE
- Manuela Cazan-CMBRAE
- Mirela Drăgulin-CJRAE Braşov
- Nicoleta-Valentina Gafiţa-CMBRAE
- Silvia Nicolescu-CMBRAE
- Simona Elena Rotariu-Verdea-CJRAE Mehedinţi
- Valeria Ecaterina Purcia-CJRAE Sibiu
- Verona Diana Călin-CJRAE Caraş Severin







Dacă am învăţat ceva din această campanie a fost că poţi să găseşti ajutor dacă îl ceri, că în România sunt mulţi profesionişti cu iniţiativă în domeniul educaţiei iar solidaritatea este o calitate specifică poporului român, în special în momente ca cele pe care le traversăm acum.

STRES ŞI ADAPTARE ÎN VREMEA PANDEMIEI

PROFESOR CONSILIER: SIMA CRISTINA ELENA

Cum ne-a afectat izolarea pe noi toţi? De ce unii dintre noi au fost mai afectaţi emoţional decât alţii? Cum se explică faptul că există persoane care au evitat investirea cu dramatism a acestei perioade? Care sunt mecanismele neuro-cerebrale care ne condiţionează viaţa? Dar mecanismele care ne sprijină în confruntarea cu adversităţile ei?

De câteva luni, trecem printr-o perioadă percepută de noi în mod diferit: de unii ca o „criză", ca o „provocare" sau ca o „oportunitate", de alţii ca „un dezastru" sau ca „o pedeapsa". Au fost şi voci care au considerat că aceste luni au constituit chiar „*o veritabilă meritată pauză*".
Instituirea stării de urgenţă a generat stabilirea unor măsuri considerate de protecţie pentru conservarea sau protejarea sănătăţii noastre, care, la rândul lor, au declanşat în cascadă, schimbări pe multiple planuri, atât în cel intern de natură psihologică, cât şi în cel extern, atunci când ne raportăm la constelaţia de roluri în care suntem ancoraţi cu toţii, adulţi sau copii: cel personal, familial, profesional, social etc. Au apărut schimbări ale unor obiceiuri de viaţă, care asigurau un real cadru de securitate psiho-emoţională, s-a constatat o diminuare a senzaţiei de control asupra propriei existenţe şi asupra evenimentelor viitoare (*studii recente arată că o lipsă a sentimentului controlului alimentează stresul*). S-a activat nevoia de gestionare a propriilor nelinişti legate de sănătatea şi de securitatea proprie şi a familiei, ca şi nevoia de a respecta recomandările autorităţilor referitoare la reducerea contactelor sociale cu familia extinsă sau cu grupul de prieteni… sau de a evita contactul cu posibile cazuri de persoane infectate cu coronavirus. Au existat situaţii în diverse medii profesionale în care au apărut reale suprasolicitări la locul de muncă, sub aspectul schimbării duratei/intensităţii activităţilor specifice, precum şi modificării modalităţii de realizare a acestora, predominând activităţile de tip on-line.
Restricţiile instituite ca urmare a declarării pandemiei au generat modificări la nivelul tuturor palierelor societăţii umane în lume şi nu putem să ne prefacem că nu au apărut efecte…sau stres! Pericolul contaminării cu Covid 19 a creat un focus pe sănătatea "fizică", pe "soma", în contextul în care toate măsurile implementate au fost necesare. Organizaţia Mondială a Sănătăţii definea *sănătatea* drept "*acea stare de bine fizic, mental şi social, iar nu doar absenţa bolii*", de aceea este important să prevenim răspândirea virusului, dar şi să conştientizăm rolul factorilor psihologici în menţinerea imunităţii organismului, şi al legăturii dintre minte-emoţii şi corp. Prin urmare, „sănătatea" este un concept complex care se adresează întregii noastre fiinţe, pentru că fiecare dintre noi trebuie abordat în sens holistic, drept un întreg, cu corp, cu minte, emoţii, suflet şi nu doar un rezervor în care sunt „turnate" informaţii, deprinderi, cunoştinţe. Nu putem să ne concentrăm pe sănătatea „fizică", ignorând dimensiunile de tip psihologic, întrucât acestea nu pot fi separate.

Psihologia abordează complexul mecanism minte-emoţie-comportament, explicând o serie de resorturi subtile ale personalităţii umane, iar unii cercetători merg şi mai departe, afirmând că gândurile şi emoţiile noastre influenţează până la urmă chiar ceea ce devenim. Relaţia dintre minte şi emoţii, dintre gând şi trăire emoţională, sau dintre acestea şi corp, este evidenţiată în orice situaţie de evaluare! Cu atât mai mult cu cât evaluarea unei situaţii se realizează întotdeauna analizând mai multe dimensiuni, cum ar fi predictibilitatea şi controlul, iar combinaţia caracteristicilor care rezultă din aceste evaluări determină ce emoţie va apărea; de exemplu, furia apare în situaţiile pe care le credem previzibile şi sub controlul nostru, iar frica apare în situaţii evaluate că imprevizibile şi incontrolabile.

În prezent, studiile de neuropsihologie au evidenţiat toate aceste legături esenţiale dar subtile: în momentul în care percepem şi interpretăm într-un anumit mod un eveniment, se declanşează o anumită emoţie şi în hipotalamus (o parte a creierului nostru), aproape instantaneu, se asamblează neuropeptidele care se potrivesc cu emoţia respectivă şi circulă prin sânge către fiecare celulă a corpului nostru. Fiecare gând însoţit de o emoţie produce o reacţie biochimică la nivelul creierului, iar acesta eliberează la rândul sau semnale chimice transmise corpului. Aceste „semnale" reacţionează că „mesageri" ai gândului şi emoţiei trăite, astfel încât corpul se simte exact cum gândeam şi simţeam. În mod esenţial, la fiecare gând însoţit de fericire, bucurie, inspiraţie, adică pozitiv, creierul va produce o substanţă care ne va face să ne simţim fericiţi, inspiraţi sau înălţati. Acest mecanism se derulează astfel chiar şi când anticipăm o experienţă plăcută, întrucât creierul produce imediat un neurotransmiţător numit dopamină, care stimulează creierul şi corpul în aşteptarea experienţei respective şi începe să ne stimuleze.

Într-un mod similar, subordonându-se aceloraşi legităţi neuro-chimice, gândurile însoţite de frică, furie, tristeţe sau stări autodepreciative determină creierul să producă neuropeptide, la care corpul reacţionează corespunzător. Când în corp apar aceste schimbări chimice declanşate de emoţia respectivă, adică ne simţim aşa cum gândim, aceste reacţii fizice vor stimula şi mai mult producerea aceloraşi gânduri şi emoţii, printr-un mecanism de bio-feeback. Cu cât întreţinem mai mult aceleaşi gânduri, care produc la rândul lor aceleaşi substanţe chimice, care determină aceleaşi stări în corp, cu atât gândurile ne schimbă „fizic" mai mult.

Conştienţi fiind de acest mecanism care se produce fără controlul nostru conştient, este bine să reflectăm la spectacolul oferit de mintea noastră. Cum ne-am raportat la această perioadă? Ce gânduri ne-au „populat" mintea, cum ne-am simţit şi ce ne-a ajutat să găsim un echilibru? Dincolo de multitudinea de interpretări cognitive existente la nivelul mental al fiecăruia dintre noi, în raport cu acest *stimul extern* intitulat „*pandemie*", cu toţii, părinţi şi copii, educatori sau specialişti din alte domenii socio-profesionale, ne-am confruntat cu multiple solicitări, în contextul actualei situaţii epidemiologice de pe teritoriul ţării noastre, dar şi din întreaga lume.

Măsurile implementate de factorii de decizie au avut drept scop combaterea răspândirii Covid-19 prin impunerea unor restricţii şi interdicţii de circulaţie, care au presupus distanţarea fizică şi autoizolarea la domiciliu.

În cazul carantinei sau al izolării, oamenii nu pot alege cu cine îşi petrec timpul sau în ce condiţii, mai ales dacă este vorba de carantină instituţionalizată, iar acest factor este foarte important în menţinerea stării psihice şi fizice care se instalează de-a lungul izolării forţate. Carantina şi izolarea au crescut posibilitatea apariţiei unor manifestări psihologice nedorite, cum ar fi: plictiseală, frustrare, confuzie, mergând până la furie sau simptome de stres posttraumatic, alături de stigmatizarea celor infectaţi de către grupul de apartenenţa, de societate şi chiar de familie.

Izolarea a constituit şi o separare de cei dragi, în anumite situaţii, accentuând îngrijorările în ceea ce priveşte starea de sănătate a acestora. Informaţiile care au bombardat permanent mintea umană şi au provenit din programele furnizate de mass media, au fost „condimentate" timp de 24 de ore, aproape numai cu ştiri care au făcut referire la îmbolnavirile şi decesele provocate de COVID-19, ştiri care „au monitorizat" viaţa şi moartea, ierahizand pierderile umane din diferitele ţări şi au creat un background care a transmis constant mesajul: „sunteţi în pericol!". Ştirile negative, imposibilitatea de a continua activităţile cotidiene în afara locuinţei, distanţa faţă de cei dragi, atenţia continuă pentru a nu te infecta, măsurile constante de a te decontamina prin spălare pe mâini, de a dezinfecta toate obiectele şi hainele, au generat autentice stări de anxietate sau de panică, pentru unele persoane. Din acest motiv, perioada pe care o traversăm cu toţii a generat o presiune psihologică ce s-a exercitat cu intensităţi diferite asupra fiecărei persoane, solicitând activarea unor abilităţi personale de adaptare şi de rezistenţă la stres, precum şi explorarea unor noi posibilităţi de realizare a activităţilor profesionale prin resursele oferite de digitalizare.

Specialiştii consideră că această autoizolare la domiciliu sau aşa-numită „distanţare socială" pot genera diferite efecte pentru psihicul nostru, iar dacă ne raportăm la studii pe termen lung, acestea arată că şi **după** o perioadă de carantină, oamenii se confruntă mai frecvent cu probleme cum ar fi anxietatea, insomnia sau dificultăţi de a face faţă stresului. În contextul abordării omului că fiinţă socială, a cărei dezvoltare armonioasă devine incompatibilă cu izolarea, separarea de cei apropiaţi, pierderea libertăţii, nesiguranţa privind stadiul bolii şi frica pot, uneori, crea efecte dramatice. În actualul context de restricţii, unii experţi apreciază că trăim în cel mai mare „*experiment psihologic*" din toate timpurile. Am putea vedea pe termen lung efectele cele mai toxice ale izolării, dacă nu vom lua măsuri pentru a le atenua. Dar cum putem face asta?

Pentru a face faţă, după depăşirea negării, a confuziei, a furiei, a tristeţii sau a fricii... ne-am mobilizat resursele şi am urmărit să ne adaptăm la aceste noi condiţii, adică izolării, aflaţi în propriul cămin sau în spaţiile instituţionalizate. Adaptarea la stres necesită putere psihică, dar oare care este secretul acestei puteri psihice? Există oameni care îşi refac repede starea de spirit după o pierdere, fie că este o pierdere materială, fizică, psihologică sau ...relaţională... Ce îi face să nu renunţe, să se ridice după un eşec sau o pierdere?

Neuroştiinţele au încercat să identifice atât „secretele neuro-chimice" ale vulnerabilităţii, cât şi ale acestei „puteri psihice", iar psihologii şi pedagogii s-au implicat în descifrarea acelor calităţi şi factori care îi ajută pe cei aflaţi în criză să găsească soluţii pentru a o depăşi, pentru a-şi reveni după o grea confruntare cu o boală, cu decesul unei persoane iubite, cu pierderea serviciului sau a căminului, a libertăţii sau chiar a identităţii. Pentru a evita „dezintegrarea" psihologică, avem nevoie de „putere psihică"!
De ce izolarea socială a generat efecte atât de puternice?

Cercetările efectuate au arătat că suntem programaţi genetic să ne conectăm social, viaţa noastră biologică şi psihologică fiind dependentă de relaţia cu semenii.
M. Lieberman a adăugat chiar o modificare interesantă la piramida lui Abraham Maslow, pe care acesta a publicat-o în lucrarea „A Theory of Human Motivation" în Psyhological Review, unde a încercat pentru prima dată o ierarhizare a lucrurilor care ne motivează. Lieberman a considerat că noi ne naştem profund dependenţi de părinţii noştri şi că, înainte de mâncare sau apă, avem nevoie de conexiune cu aceştia, fără de care nimic nu este posibil

Pentru a sublinia riscurile izolării umane, dar şi importanţa acestei nevoi umane de conectare, de relaţie sau de contact social, sau efectele pe care lipsa acesteia le poate avea asupra noastră, este relevant studiul lui R. Spitz (1975). Acesta a explicat de ce copiii abandonaţi crescuţi în condiţii fizice impecabile (hrană, adăpost, confort) se confruntau cu dificultăţi fizice şi psihice, în raport cu copiii crescuţi de mamele lor. Se pare că ei aveau un contact fizic extrem de redus cu cei care îi îngrijeau. Un bebeluş care nu este luat în braţe şi zace în pătuţul său fără nici o modificare sau stimulare, ajunge gradual la decompensare fizică şi mentală.

Cum se explică aceste efecte nu doar psihologice, ci chiar fizice/biologice? Copiii aflaţi la începutul vieţii au nevoie să fie ţinuţi în braţe şi mângâiaţi, întrucât oxitocina – supranumită şi „*hormonul dragostei şi al ataşamentului*" – este eliberată prin atingere, conectare emoţională şi mişcare. Oxitocina – sau „molecula îmbrăţişărilor" – este un hormon corelat cu legăturile interumane şi este responsabil pentru loialitatea şi încrederea noastră. Oxitocina calmează amigdala, o structura din sistemul limbic, şi poate stimula cortexul prefrontal, pentru a diminua reacţia cauzată de frică. De aceea, îmbrăţişările ne fac să ne simţim în siguranţă şi legaţi de persoana de ataşament – fiindcă ajută la eliberarea oxitocinei în creierul nostru, iar la nivelul creierului pare să existe o legătură strânsă între conectarea socială şi căldura fizică, cele două senzaţii fiind susţinute de mecanisme neurobiologice similare.
Studiile arată că, uneori, chiar şi imaginea vizuală a persoanei pe care o iubim sau cu care ne simţim în siguranţă poate elibera oxitocina în creierul nostru; a ne imagina ceva este la fel de real pentru creierul nostru ca a vedea ceva real – adică aceiaşi neuroni se activează şi pot elibera oxitocina pentru a calma centrul fricii.
În mod asemănător acestui mecanism neurobiologic care evidenţiază legătura strânsă între conectarea socială şi căldura fizică, Matthew Lieberman şi Naomi Eisenberger atrag atenţia asupra unui alt aspect: **lipsa legăturilor cu ceilalţi, pierderea relaţiilor sociale sau excluderea socială este înregistrată la nivel cerebral în aceeaşi zona care se activează atunci când suntem răniţi fizic.**
Tocmai pentru că depindem atât de mult de relaţiile cu ceilalţi, creierul nostrum, pe parcursul a milioane de ani, şi-a setat ca mod de operare automat, la care revine oricând are ocazia, gândirea socială, iar dacă, după naşterea sa, printr-un accident nefericit, fiinţa umană pierde relaţiile cu semenii, aceasta se poate repercuta negativ asupra dezvoltării psihicului.

Izolarea poate însemna şi o experienţă în care oamenii nu au sprijinul sau nu se simt parte a unei reţele sociale formate din membri ai familiei, prieteni sau membri ai comunităţii; din acest punct de vedere, există studii sociale, psihologice şi medicale care au demonstrat concludent că există o corelaţie directă între gradul în care o persoană se simte conectată cu altele şi starea ei de sănătate fizică şi mintală, iar când nevoia de apropiere este nesatisfăcută şi o persoană rămâne izolată de semenii săi o bună perioada de timp, pot apărea tulburări emoţionale.

Unul dintre studiile cele mai lungi efectuate vreodată asupra vieţii adulţilor este cel desfăşurat de Harvard Medical School, timp de 75 de ani, fiind continuat cu tenacitate, prin munca mai multor generaţii de medici, psihologi şi sociologi. Studiul a început în 1938 şi a urmărit vieţile a 724 de bărbaţi, din adolescenţa până la bătrâneţe, pentru a observa ce îi menţine **fericiţi şi sănătoşi**. Pe parcursul tuturor anilor de cercetare, subiecţii au fost intervievaţi regulat, au răspuns la chestionare, le-au fost observate şi monitorizate fişele medicale, li s-au făcut analize de sânge, scanări ale creierelor, au fost filmaţi în relaţie cu alţi membri ai familiei, surprinzându-se „crampeie" de viaţă autentică**.**

Robert Waldinger, profesor de psihiatrie la Harvard Medical School, a arătat faptul că sănătatea fizică, longevitatea şi satisfacţia datorată propriei vieţi sunt toate influenţate de **calitatea relaţiilor sociale** pe care le avem cu alte persoane. Arhitectura creierului nostru ne încurajează să ne concentrăm pe relaţiile cu cei din jur şi investeşte energie în asta oricând are ocazia, evidenţiind un adevăr cunoscut: *„relaţiile bune ne menţin mai fericiţi şi mai sănătoşi*". Acest adevăr a fost exprimat prin trei *„lecţii*", după cum au fost denumite concluziile studiului: „**legăturile sociale ne fac bine şi singurătatea ucide**", "**ceea ce contează e calitatea relaţiilor tale apropiate**", "**relaţiile bune nu ne protejează doar corpul, ne protejează şi creierul**".

Studiul a oferit dovezi clare că izolarea socială şi sentimentul de singurătate asociat cresc semnificativ riscul unei morţi premature, după cum existenţa unor relaţii sociale de calitate influenţează atât sănătatea mentală, emoţională, cât şi sănătatea fizică. Mintea, emoţiile şi corpul nostru sunt inseparabile, iar acest aspect este evidenţiat prin strânsa conexiune dintre mecanismele cognitive, cele emoţionale şi întreg organismul uman. Acest aspect subliniază necesitatea funcţionării integrate a acestora, la nivel neurocerebral, pentru a fi asigurat un echilibru şi o stare de bine a întregii fiinţe. Echilibrul este determinat de faptul că structurile creierului implicate în procesarea cognitivă a informaţiei influenţează emoţiile şi viceversa, iar emoţiile şi gândurile noastre contribuie la direcţionarea şi menţinerea atenţiei asupra unor informaţii relevante din mediu, la luarea deciziilor şi la învăţare.

A existat o perioadă controversată, în dezvoltarea studiilor şi cercetărilor referitoare la emoţiile umane, în care psihologii şi specialiştii în neuroştiinţe considerau că există zone cerebrale ale raţiunii şi zone cerebrale ale emoţiilor, şi că cele două nu se întâlnesc!

În prezent, neuroştiintele au demonstrat deja că, alături de sistemul limbic, sediul raţiunii şi al funcţiilor cognitive superioare joacă un rol la fel de important în emoţie, acestea fiind chiar zonele care asigură reglarea emoţiilor. Cercetările efectuate asupra creierului persoanelor care practică meditaţia, ca o metodă de relaxare sau chiar de creştere a puterii de concentrare, au dovedit că antrenamentul mental poate schimba tiparele activităţii creierului, întărind circuitele neuronale care susţin empatia, compasiunea, optimismul şi starea de bine. S-a evidenţiat chiar faptul că exact aceste „sedii" ale raţionării de ordin superior sunt şi cele care deţin cheia modificării tiparelor activităţii cerebrale, aspect cu atât mai important, dacă ne gândim că aceste tipare ale activităţii cerebrale stau la baza trăsăturilor emoţionale sau a stărilor ce ne definesc pe fiecare dintre noi.

În faţa aceloraşi tipuri de evenimente, unii dintre noi se prăbuşesc emoţional, în timp ce alţii dovedesc o rezistenţă sporită la evenimentele „stresante", transformând loviturile într-o "resursă psihică", pentru că şi multitudinea reacţiilor emoţionale sau a răspunsurilor de adaptare sunt extrem de diferite, fiecare fiind circumscrise unei „semnături neurale" specifice (a se vedea *„Creierul şi inteligenţa emoţională*", Davidson Richard J.Begley Sharon).

În lucrarea elaborată de Katty Kay şi Claire Shipman, acestea atrag atenţia asupra faptului că cele mai uluitoare date ştiinţifice dovedesc că ne putem reconfigura creierul, atât la vârste fragede, cât şi că adulţi. Din acest motiv, când ne schimbăm modul de gândire şi dezvoltăm noi obişnuinţe mentale, efortul realizat de noi va detetermina modificări fizice în creier. Ar fi important să creăm astfel de noi configuraţii cerebrale, prin adoptarea unor comportamente pro-sociale care să susţină empatia, optimismul, inteligenţa emoţională sau reziliența.

George Bonanno, psiholog clinican la Universitatea Columbia Teachers College, studiază *rezilienţa* de mai bine de douăzeci şi cinci de ani. El a încercat să afle de ce anumite persoane se descurcă mult mai bine decât alţii când vine vorba de gestionarea adversităţilor. În puzzle-ul explicaţiilor sale ştiinţifice, Bonano a subliniat un adevăr fundamental susţinut de decenii de psihologii cognitivişti: **mintea creează realitatea**! „Ne putem crea sau exagera factorii de stres cu mare uşurinţă, cu ajutorul minţii noastre. Acesta este pericolul condiţiei umane. Fiinţele umane sunt capabile de îngrijorare şi ruminaţii: putem lua un lucru minor, să îl exagerăm în mintea noastră, să îl reluăm din nou şi din nou şi să ne înnebunim până când ajungem să simţim că acel lucru minor este cel mai grav lucru care ni s-a întâmplat vreodată. Într-un fel, este o profeţie auto-împlinită. Priveşte adversitatea că pe o provocare şi devii mult mai flexibil şi capabil să îi faci faţă, să treci mai departe, să înveţi din ea şi să creşti! Concentrează-te pe asta, priveşte-o că pe o ameninţare şi că un eveniment cu potenţial traumatic şi devine o problemă de durată; devii mai inflexibil şi mai predispus să simţi lucrurile în mod negativ”!

Subiectul rezilienţei, abordată că un factor ce sprijină unele persoane să facă faţă mai bine decât altele problemelor cu care se confruntă, păstrându-şi încrederea în sine în faţă dezastrelor, a determinat-o şi pe Rebeca Elliot să caute indici ai rezilienţei, în imaginile obţinute prin scanarea creierului. Neuroştiintele au demonstrat deja că un instructaj relativ simplu al creierului sau noi metode de gândire „pot săpa noi trasee în creierul adult, trasee care încurajează rezilienţa sau gândirea asociată cu încrederea în sine, iar acestea devin parte din configuraţia cerebrală.”

Acest aspect atrage atenţia asupra faptului că, atâta vreme cât neuroplasticitatea creierului constituie un adevăr fundamentat ştiinţific, putem să ne concentrăm în mod conştient şi organizat pentru a modifica această configuraţie a creierului, producând schimbări mentale care să ne sprijine în faţa diferitelor provocări, unele dintre acestea imposibil de evitat! Aceste schimbări pot interveni că răspuns la experienţele pe care le avem, cât şi la gândurile pe care le “gândim”.
În trecutul nu foarte îndepărtat, s-a demonstrat că, în cazul marilor violonişti, creierul acestora prezintă o creştere măsurabilă, atât în mărime, cât şi în activitate, a zonelor care controlează degetele, iar în cazul şoferilor de taxi din Londra, care învaţă să navigheze prin complicatele reţele de străzi din oraş, creierul acestora prezintă o creştere semnificativă la nivelul hipocampului, o zona asociată cu memoria spaţială şi de context. Acestea sunt exemple de experienţe senzoriale **repetate şi intense**, de învăţare în lumea exterioară. Neuroştiintele au mai demonstrat un lucru: creierul se poate modifica şi ca răspuns la mesaje generate intern, adică la propriile gânduri şi intenţii, întrucât aceste schimbări includ modificarea funcţiei zonelor creierului, extinderea sau contractarea zonelor destinate unor sarcini precise şi specifice, întărirea sau slăbirea conexiunilor dintre diferite zone, amplificarea sau scăderea nivelului activităţii în reţelele specifice ale creierului şi modularea transmiterii neurochimice care se desfăşoară neîntrerupt la nivel cerebral. Prin urmare, întreaga noastră personalitate poate fi privită ca un rezultat al reţelelor cerebrale care, însă, nu sunt fixate pentru totdeauna, putând fi modificate atât prin experienţele spontane sau neorganizate, cât şi prin experienţe de învăţare organizate sistematic, în vederea cultivării intenţionate a unor calităţi mentale sau a unor abilităţi socio-emoţionale specifice. Aceste experienţe de învăţare pot influenţa formarea şi dezvoltarea abilităţilor care să ne configureze rezilienţa, empatia sau compasiunea, gândirea pozitivă sau o perspectiva optimistă, mecanismele de adaptare sau starea de bine.

Astfel, devine esenţială „echiparea” noastră şi a copiilor noştri cu resurse interne, de natură psihică, care să ne sprijine în diferitele şi poate dramaticele încercări viitoare! Întrucât nu există nici buton de „pauză”, de „reluare” sau de „accelerare”, şi nicio tasta pentru un „salt într-un viitor securizant şi prietenos”, încrederea în sine, abilităţile socio-emoţionale sau rezilienţa devin obiective importante de formare, materializate în abilităţi sau resurse pe care să le dezvoltăm în cazul copiilor noştri, în calitate de părinţi sau chiar de educatori.

La nivelul sistemului actual de învăţământ, prezentul ne oferă noi programe de consiliere şi dezvoltare personală, existând atât ore în cadrul planului-cadru, cît şi manuale pe care să le utilizăm în acest demers. Programa contribuie la realizarea profilului de formare din perspectiva a cinci dimensiuni ale dezvoltării personalităţii elevului care vizează: competenţe de autocunoaştere, competenţe socio-emoţionale, competenţe de management al învăţării, competenţe de management al carierei şi adoptarea unui stil de viaţă sănătos. Toate acestea ne arată o bună direcţie, însă mai avem de parcurs drumul, cu perseverenţă si constanţă!

Cercetările au demonstrat deja că gândurile noastre, energia şi intesitatea lor ne influenţează în mod direct corpul, sănătatea, alegerile şi deciziile şi, în cele din urmă, calitatea vieţii. În consecinţă, pentru a ne îmbunătăţi starea de sănătate fizică, este necesar să ne abordăm propriile atitudini, propriile tipare de gânduri strânse în serii de rutine, pentru că atitudinea creează o stare aflată în directă legătură cu corpul.

Pornind de la aceste aspecte, dacă ne dorim abilităţi prin care să facem faţă, atât noi, cât şi copiii noştri, unor perioade de stres intens şi prelungit, unor perioade în care „viaţă se opreşte” şi toate vechile tipare se prăbuşesc, este necesar să „lucrăm” din timp la formarea lor! Acum, în perioade de „linişte” sau în perioade în care viaţa revine la cursul ei cunoscut, este momentul în care putem să ne antrenăm! Iar acest antrenament prin care formăm şi dezvoltăm noi şi consistente abilităţi de adaptare la stres, se bazează pe „evadarea” din ciclurile nocive reluate mereu de gândire şi simţire, sau de simţire şi gândire, şi pe construirea altora, benefice. Mecanismele de funcţionare ale minţii sunt în strânsă legătură cu stresul, de aceea devine foarte important modul în care ne putem re-programa mintea pentru o transformare psiho-emoţională şi fizică durabilă. În loc să trăim în regim de „supravieţuire”, centraţi pe „patternuri”/programe subconştiente, în furie, tristeţe, în roluri de „victimă” sau de „agresor”, putem exersa, din punct de vedere pur cognitiv, starea de sănătate, calm, compasiune sau orice alte lucruri pozitive pe care le-am dorit. De cele mai multe ori, cauza instalării stresului este în noi, şi atunci echilibrarea trebuie s-o găsim tot în noi înşine!

În contextul în care unele profesii mor şi se nasc altele, în contextul în care ştiinţa şi tehnologia avansează într-un ritm ameţitor, probabil că singura certitudine rămâne schimbarea! Schimbarea este o certitudine şi o constantă a vieţii noastre, motiv pentru care, a forma capacităţi reale de adaptare la copiii şi elevii noştri, ar putea fi o necesitate pentru a asigura un fundament al sănătăţii lor mentale şi emoţionale. Pentru a funcţiona eficient, păstrându-ne starea de bine chiar şi în situaţie de stres sau de criză, este important să activăm acele abilităţi, pe care le-am format anterior!

Bibliografie

1. Davidson Richard J.Begley Sharon, Creierul şi inteligenţa emoţională , 2016, Grup Editorial Litera
2. Stănculescu, E., Managementul stresului în mediul educaţional, Editura Universitaria, 2015;
3. Katty Kay si Claire Shipman, Codul increderii. Stiinta si arta sigurantei de sine - ce trebuie sa stie femeile", Editura: Lifestyle Publishing
4. Lok, C.F., Bishop, G.D. (1999) Emotion control, stress and health, Psychology and Health, 14, 5.
5. „What makes a good life? Lessons from the longest study on "happiness" https://www.ted.com/talks/robert_waldinger_what_makes_a_good_life_lessons_from_the_longest_study_on_happiness/
6. Băban, A. (1998). Stres şi personalitate, Cluj Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană
7. Goleman, D., - Inteligenta sociala: noua stiinta a relatiilor umane
8. Stoica , M. - Stres, personalitate şi performanţă în eficienţa managerială, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2007
9. A.Andreescu, Managementul stresului profesional, vol. 1, 6. E. Stănculescu, Managementul stresului în mediul educaţional, Editura Universitară, Bucureşti, 2015
10. www.cultofpedagogy.com/resilience/
11. Stănculescu, E., Managementul stresului în mediul educaþional, Ed. a 2-a, rev. - Bucureşti : Editura Universitarã, 2015
12. http://www.alinabaciu.ro/rezilienta-emotionala
13. https://www.onwardthebook.com/, Onward: Cultivating Emotional Resilience in Teachers, (*Să cultivăm reziliența emoţională în profesori*), Elena Aguilar
14. Joe Dispenza, Antrenează-ţi creierul, Editura: Curtea Veche, Bucuresti,2012
15. Goleman, D., - Inteligenta emotionala, Curtea veche, Bucureşti, 2001 Hayes N., Orrell, S - Introducere in psihologie. All, Bucuresti, 1998
16. Miller, S., H., Stress management for you, The knowledge for life series, 2013-2014

CAPCANELE INTERNETULUI

Paza bună trece primejdia rea-proverb

PROFESOR CONSILIER ŞCOLAR: SILVIA CIOTIR

În această perioadă de pauză socială, când fiecare stă retras în intimitatea casei sale, recomandările privind utilizarea internetului se schimbă. Dacă până în prezent, recomandarea era de a limita timpul petrecut în lumea virtuală, în favoarea petrecerii timpului în aer liber, cu hobby-uri şi prieteni de calitate, iată-ne astăzi nevoiţi să ţinem legătura doar prin acest intermediar atât de hulit şi dorit în acelaşi timp.

Mă gândesc că, dacă tot nu putem să ne opunem acestei realităţi contemporane, ar fi util să utilizăm tehnologia astfel încât aceasta să ne fie un aliat, un instrument de învăţare, socializare sau de petrecere a timpului liber, fără să ne expunem sau să expunem pe alţii, pericolelor.

Pe internet, din spatele ecranului, nu ne putem da seama cine este de încredere şi cine nu, ce informaţii par acum un amuzament nevinovat, dar pot face rău, mai târziu, în viaţă, şi nici cât de mult rău putem face altora.

Acţiunile noastre pe internet pot avea efecte nefaste pe termen lung, dacă nu suntem precauţi şi responsabili.

Hai să trecem în revistă cu ce probleme ne putem confrunta pe internet:

1. **SPAMURILE**. Oricare dintre noi a primit măcar de 10 ori un mesaj de genul:

„Whatsapp te premiază. Trimite către 20 de prieteni şi pentru tine aplicaţia va rămâne gratuită"

sau

„Trimite această iconiţă făcătoare de minuni către 10 prieteni şi vezi cine o trimite înapoi. Dacă nu trimiţi, vei avea parte de ghinion 100 de ani",

sau

„Această fetiţă bolnavă va primi 2 cenţi de la Google şi Facebook pentru fiecare mesaj trimis de tine mai departe."

Întreb retoric: cum putem crede ca noi am fi generoşi trimiţând către alte persoane mesaje nesolicitate, iar astfel, Facebook, văzând generozitatea noastră, ar dona 2 cenţi??? Oricum, un search simplu pe net va afişa dezminţirea oficială a acestor „donări".

Toate mesajele de tipul „*Citeşte şi dă mai departe*" sau „*Trimite asta la 10 contacte din agendă*" sunt *spamuri*, adică mesaje electronice nesolicitate, ce au în spate interese comerciale sau de publicitate. Astfel se colectează adrese electronice, numere de telefon sau alte date personale, se actualizează bazele de date cu *userii* (utilizatori) activi.

Fiecare dintre noi are datoria de a trece prin filtrul personal şi a pune la îndoială informaţiile cu care intră în contact atunci cand se *loghează* (conectează) pe un sistem informatic.

2. **JOCURI ŞI ALTE LUCRURI GRATUITE**. Aţi remarcat deja că, atunci când dorim sa accesăm un joc amuzant, de genul: „*cine ai fost în altă viaţă?*", „*cine te iubeşte în tăcere*?", ţi se cere mai întâi acordul de a ţi se accesa lista de prieteni? Sau fotografiile? Sau accesul la camera foto?

Nu este doar un simplu accept! Chiar ţi se accesează şi copiază datele din memoria aparatului tău!

Se spune că, atunci când ceva este gratuit, costul eşti tu.

În cazul de faţă, în cost intră şi prietenii din lista ta. Ţi se poate extrage întreaga bază de date, ţi se pot instala în calculator/telefon aplicaţii prin care se va accesa activitatea ta virtuală.

Acest lucru este valabil şi când accesăm un forum, un site de ştiri, un joc sau un test de personalitate! Informaţiile furnizate de voi sunt colectate şi introduse în baze de date şi liste de distribuţie pentru nenumărate mesaje nesolicitate.

3.**SETĂRILE DE CONFIDENŢIALITATE**. Atunci când creaţi un cont în lumea virtuală sau un profil pe un site, aveţi grijă ce date personale oferiţi precum şi care sunt setările de confidenţialitate. Alegeţi cu grijă ce anume va fi setat ca privat şi ce anume poate fi accesat de public.

Păstraţi parolele secrete. Când vă logaţi de pe calculatorul/telefonul altei persoane, aveţi grijă la setările acesteia, deoarece pot exista setări de salvare a parolei, sau setări de a rămâne pagina/contul deschis, sau, mai mult, pot rula în fundal aplicaţii ce înregistrează întreaga voastră activitate de pe computer.

4.**ATAŞAMENTELE SAU FIŞIERELE.** Primite în mediul virtual pot conţine *viruşi* informatici (programe ce distrug fişiere, sistemul de operare,) ce vor infecta hardurile şi memoria calculatoarelor/telefoanelor.

Aceleaşi riscuri prezintă şi utilizarea stick-urilor de memorie sau a CD-ROM-urilor (utilizate din ce în ce mai puţin, fiind depăşite tehnologic).

Aceşti viruşi informatici, creaţi de cunoscători ai limbajului de programare, mai au denumirea de programe *malware* (*viermi*se multiplică şi se extind singuri prin intermediul unei reţele, *cai troieni*-programe ce par a realiza ceva util însă în realitate accesează, copiazăşi controlează calculatorul infestat, *spyware*-programe spion care captează pe ascuns date) şi sunt creaţi pentru a strica hardul calculatorului, pentru a fura date personale sau pentru a spama cu reclamă.

5. **FAKENEWS-URILE**. Cele mai mari avantaje ale internetului sunt oferite de conexiunea cu întreaga lume, precum şi cantitatea de informaţie accesibilă. Dezavantajul este dat de aceeaşi conexiune şi aceeaşi cantitate de informaţie. Mult nu înseamnă calitate, corectitudine sau adevăr.
De asemenea, conexiunea cu întreaga lume permite exprimarea online a oricui, din spatele anonimatului, fără nicio cenzură.
Nici ceea ce vedeţi nu este tot timpul adevărat, ţinând cont de programele ce permit modificarea oricărei fotografii.
Vă recomand să verificaţi informaţiile accesate/primite pe net, din cel putin 2 surse, pentru a fi siguri că sunt adevărate. Nu credeţi tot ce citiţi şi tot ce vedeţi.
Nu extindeţi acest lanţ de fake-news-uri, nu le trimiteţi mai departe. Mai mult, atunci când folosiţi o informaţie de pe net, menţionaţi sursa iniţială de unde a fost preluată.

6. **RESPONSABILITATEA DE A SPUNE "STOP"**. Pentru a trăi o viaţă de calitate, împăcaţi cu noi înşine şi ceilalţi, este necesar sa ne asumăm responsabilitatea pentru alegerile şi acţiunile noastre. Părinţii au posibilitatea de a folosi programe informatice ce limitează accesul copiilor la internet, pot urmări ce facem şi cu cine vorbim, însă, pe masură ce creştem, ar fi mai sănătos pentru noi să ne asumăm singuri responsabilitatea de a ne proteja de ceea ce ne poate răni fizic/psihic, fără a fi pândiţi şi urmăriţi de alţii. Atunci când pe internet întâlniţi material cear putea să vă facă rău, material ce are bulina pentru limita de vârstă, sau material cevă dezvăluie din primele secunde că urmează ceva cu care parinţii nu ar fi de accord, este în folosul vostru să închideţi sau să blocaţi. Este adevarat că la o anumită vârstă sunteţi mai curioşi legat de anumite subiecte, însă e necesar să învăţaţi să vă protejaţi singuri, să fiţi responsabili pentru viaţa voastră fizică şi emoţională, să aveţi încredere atunci când vi se spune că acele informaţii, ambalate în acel fel, fac rău. Unele mesaje de pe internet sunt toxice. Pentru anumite răspunsuri la întrebările voastre, este mai sănătos şi mai eficient săsolicitaţi ajutorul/sfatul celor apropiaţi vouă.

7.**RESPONSABILITATEA PENTRU PROPRIILE ACȚIUNI**. Pe internet, din spatele anonimatului, te consideri într-un loc intim, fără controlul părinţilor sau al autorităţilor. Nimic mai fals! Totul se stochează, se multiplică, se păstrează în *clouds* (stocarea fizică a informaţiilor/datelor personale undeva în exeriorul hard-ului/memoriei personale). Informaţia postată nu mai poate fi controlată. Ca şi în viaţa reală, şi pe net este necesar să urmăm un set de reguli pentru a fi în siguranţă, pentru a putea trăi în armonie, atât pentru a ne respecta unii pe alţii cât şi pentru a respecta acest spaţiu virtual.
Este necesar să învăţăm arta comunicării, folosind un limbaj decent, expunând poze şi filmări decente.
O regulă este aceea de a-ţi asuma responsabilitatea postărilor, de a nu trimite mesaje spam, jignitoare sau ofensatoare la adresa celorlalţi.
De asemenea, fii conştient tot timpul când apeşi tasta *Enter* pentru a posta ceva despre tine sau despre alţii (informaţii, poze, video, etc), că acestea vor rămâne în mediul virtual.
Tot ce postezi, se poate întoarce într-o zi împotriva ta. Poate avea consecinţe. Poate astăzi pare amuzant să dansezi, în slip, la mare, însă, într-o zi, în faţa părinţilor sau a copilui tău, nu va părea la fel.
Nu răspunde solicitărilor de a trimite informaţii ce privesc viaţa ta privată, chiar dacă *astăzi* ai încredere în persoana ce ţi le cere. Nu ştii dacă mâine acea persoana va mai fi de încredere.
Tot ce postezi nu mai poate fi controlat şi are consecinţe pe termen lung. Arată-ţi respect şi nu uita: internetul este un spaţiu public!

8. **CYBER-BULLYNG-UL**. Bulling-ul şi violenţa pot avea loc şi pe net, nu doar în viaţa reală. Din plictiseală sau de amuzament, sau chiar din răutate, putem deveni cu usurinţă agresori în mediul virtual.
Este interzisă fotografierea/filmarea altora fără acordul acestora sau al părinţilor, postarea discuţiilor din privat fără acordul celuilalt, punerea cuiva într-o postură ruşinoasă, umilitoare sau denigrarea celorlalţi.
Anonimatul virtual te poate proteja pe termen scurt, însă IP-ul calculatorului sau al operatorului de internet te pot dezvălui.
Ideal ar fi să nu facem rău celorlalţi, ca alegere personală de a nu fi agresori.

9.**PERSOANELE NECUNOSCUTE**. Mi-aş dori să vă spun că trăim într-o lume bună, în care toţi vor binele tuturor, însă aş fi departe de adevăr.
Pe internet, oamenii pot să îşi ascundă identitatea şi intenţiile. Persoanele conectate la mediul *on-line* nu sunt întotdeauna ce pretind a fi. Folosesc carisma, amabilitatea, manipularea pentru a părea altceva decât ceea ce sunt şi a-şi ascunde intenţiile.
Din spatele anonimatului pot hărţui. Pot bombarda cu mesaje, pot folosi fotografiile tale, pot manipula, intimida, ameninţa, şantaja, te pot convinge să faci lucruri care iţi fac rău.
Protejaţi-vă identitatea, adresele, intimitatea, la fel cum aţi fost învăţaţi să o faceţi şi în mediul real.
Nu trimiteţi poze/filme cu voi sau alţii, persoanelor necunoscute, nu mergeţi la întâlniri cu oameni cunoscuţi pe internet!
Consultaţi-vă cu părinţii, cu profesori, cu consilieri şcolari ori de cate ori sunteţi abordaţi de astfel de persoane. Un adult poate recunoaşte mai uşor pericolele la care sunteţi expuşi.
Nu lăsaţi ruşinea, frica sau alte emoţii induse de necunoscuţi să vă facă să credeţi că nu există soluţii. Nu ezitaţi să cereţi ajutorul!

10.**PARTEA COMERCIALA A INTERNETULUI**. Internetul vine cu foarte multă publicitate dulciuri, alimente, jucării, puncte în jocuri, muzică, tonuri de apel, servicii on-line, medicamente, tratamente miraculoase, promisiuni etc. Unele sunt contra-cost, altele sunt aparent gratuite. Trebuie să învăţaţi că nimic nu este gratuit.
Pentru a accesa oferta, vi se cere să completaţi formulare on-line cu datele voastre, date care duc, aşa cum am explicat mai sus, la prelucrarea lor în scopuri comerciale.
Evitaţi să deschideţi ferestrele pop-up ce apar la accesarea unui site, a unei aplicaţii sau a unui articol. De cele mai multe ori publicitatea/oferta respectivă ascunde *spyware/viermi/virusi/spam*-uri. Cel mai bine ar fi să le închideţi apăsând pe cruciuliţa rosie dintr-un colţ al ferestrei, deşi unele dintre ele, accesate astfel, vor deschide alte ferestre.

11.**TIMPUL TĂU ŞI JOCURILE ONLINE**. Jocurile *on-line* permit conectarea *multiplayer gamers* (jocuri cu mai mulţi jucători) şi în mod cert au rolul lor educaţional benefic în dezvoltare.
Dezavantajul jocurilor on-line îl reprezintă faptul că dau dependenţă, duc jucătorul într-o stare de transă, în afara realităţii.
Pentru a evita acest neajuns, pentru a păstra controlul asupra propriei vieţi, este necesar să ne organizăm un program al zilei, program în care să alternăm timpul pe calculator/internet cu activităţi în viaţa reală, cu socializarea faţă în faţă (în această perioadă, socializarea cu familia), cu dezvoltarea de hobby-uri şi pasiuni, cu citit, cu sport, cu acţiune.

Calculatorul şi internetul oferă oportunităţi nebănuite de a cunoaşte lumea, de a avea acces la muzică, la artă, la cultură. Oferă şansa de a ne apropia de oameni deosebiţi, contemporani cu noi, dar şi de a descoperi oameni cu pasiuni comune. Ne oferă şansa de a ne juca, de a fi conectaţi la întreaga planetă, din spatele monitorului.

De noi depinde dacă alegem sa fim dependenţi de calculator sau când să îl inchidem pentru a putea experimenta viaţa adevărată, conexiunea reală cu sine şi cu celălalt!

TOATĂ ŞCOALA GIMNAZIALĂ GENERAL EREMIA GRIGORESCU, CITEŞTE!

PROFESOR CONSILIER SCOLAR: CRISTINA EFTIMIE

Am auzit de iniţiativa doamnei Anca Tîrcă cam spre finalul primului semestru al anului şcolar 2019-2020, an în care am fost consilier şcolar. Doamna Anca Tîrcă, un om cu diverse înițiative în educaţie a lansat o campanie online, pe reţelele de socializare, numită „Toată şcoala citeşte!”, în care îndemna şcolile, cadrele didactice şi nedidactice, elevii, conducerea şi chiar cei care se nimereau să fie musafiri atunci în şcoală să citească 15 minute pe zi, într-un interval orar stabilit de şcoală.

Pentru că militez în general pentru lectură, atât la nivelul celor mici cât şi a celor mari şi consider că cititul are beneficii nenumărate pentru sănătatea noastră mentală şi pentru combaterea ignoranţei, am propus şcolii Gimnaziale General Eremia Grigorescu, şcoală în care activam atunci, să adoptăm şi noi această înițiativă. Intervalul orar ales împreună cu cadrele didactice a fost 11-11:15 şi primele care au răspuns pozitiv propunerii mele au fost învăţătoarele dar apoi s-au alăturat repede şi unii dintre profesori. Astfel, cei care au adoptat acest obicei, de a citi zilnic la şcoala 15 minute, între 11-11:15 şi-au informat elevii cu care au lucrat despre ceea ce dorim să facem şi le-au cerut părerea dacă doresc să se implice. La fel am făcut şi eu cu clasele cu care am interacţionat. Le-am povestit desre beneficiile cititului cum ar fi, dezvoltarea limbajului, extinderea vocabularului, dobândirea unor abilităţi de comunicare, aflarea de informaţii interesante, antrenarea gândirii, a imaginaţie, folosirea capacităţii de analiză şi sinteză şi nu în ultimul rând, petrecerea timpului în mod util şi plăcut. Apoi am pregătit nişte mesaje amuzante care să susţină campania noastră şi împreună cu elevii le-am lipit prin şcoală....şi apoi am citit...

Dacă la început majoritatea elevilor uitau să îşi aducă o carte preferată în geantă, aşa cum conveniserăm, şi eu aduceam un braţ de cărţi din cabinet şi de acasă, la fiecare oră pentru a avea ce să citim, după câteva săptămâni deja toţi aveau cărţi pe care le citeau şi de care erau încântaţi. M-au bucurat enorm mărturisiri ale unor copii care nu citeau deloc înainte şi care mi-au spus atunci când ne-am cunoscut că nu au citit absolut nicio carte în afară de ceea ce era obligatoriu, din manuale, şi apoi au început să citească romane. „Doamna, am citit cincizeci de pagini din cartea aceasta şi îmi place!”

Ne amuzam împreună de multe ori, copiii aşteptându-mă în linişte, citind şi cu titlul scris pe tablă- „Ora de citit”

Aşa ne-am adunat vreo douăzeci de cadre didactice şi şaptesprezece clase care citeam zilnic. Eu am fost fericită că mai mult de 60% din şcoală citea, chiar dacă nu toată şi sper să continue acest obicei pe mai departe.

BUNE PRACTICI

CONSILIEREA CARIEREI LA CLASA I – UN MODEL DE ACTIVITATE

PROFESOR CONSILIER SCOLAR: POPESCU DOINA

Titlul activităţii: Avioanele

Motto: „Dacă poţi visa, poţi realiza.” (Walt Disney, regizor, creator al personajului de desene animate Mickey Mouse şi al afacerii Disneyland)

Obiective:

- Să exploreze resurse personale relevante din perspectiva consilierii în carieră.
- Să reflecteze asupra importanţei resurselor personale în realizarea aspiraţiilor.

Strategii de lucru: jocul didactic, autoexplorarea

Resurse: foi A4, marker, rolă de scotch, creioane colorate, dispozitiv de redare a unei melodii (sugestie: https://www.youtube.com/watch?v=rNEkABY5Khw)

Scenariul activităţii

1. *Cercul Calităţilor*

Se trasează pe podea un cerc cu un diametru suficient de mare astfel încât, în exterior, să permită deplasarea a 6 elevi în jurul său. Se creează şi alte cercuri, în funcţie de numărul de elevi participanţi la activitate. În interiorul cercurilor se plasează foi A4, la distanţe egale, numerotate de la 1 la 6, pe care se notează următoarele afirmaţii: *Eu pot să..., Eu învăţ să..., Activitatea mea preferată este..., Ceea ce fac cel mai bine este să..., Cel mai mult îmi doresc să..., Cea mai mare reuşită a mea a fost..., Visul meu pentru viitor este să....* Se utilizează un fond muzical pentru deplasarea elevilor în exteriorul cercului. Această deplasare se va efectua astfel încât elevii să păşească în dreptul fiecărei foi de hârtie din interior. Profesorul opreşte muzica, iar acesta este şi semnalul de oprire a deplasării elevilor. Profesorul foloseşte apoi un zar, îl aruncă într-un cerc şi rosteşte numărul care apare. Elevii aflaţi în dreptul foii cu numărul respectiv vor continua, pe rând, afirmaţia scrisă pe foaie. Jocul se reia, astfel încât fiecare elev să aibă posibilitatea de a participa la completarea cât mai multor afirmaţii.

2. *Traian Vuia – un român temerar* (expunere, însoţită de imagine)

Traian Vuia s-a născut acum aproape 150 de ani, într-o localitate din judeţul Timiş care, astăzi, îi poartă numele. În copilărie pasiunea lui erau zmeiele – era atent la cum erau construite şi încerca să creeze altele. Pe atunci nu existau avioane; îşi dorea să înţeleagă zborul şi, mai ales, cum poate acesta să fie posibil cu ajutorul unor aparate. După terminarea facultăţii, el inventează un astfel de aparat pe care îl numeşte aeroplan-automobil. Trimite proiectul aparatului Academiei de Ştiinţe din Paris, care îl respinge, motivând că nu este realizabil: „Problema zborului cu un aparat care cântăreşte mai mult decât aerul nu poate fi rezolvată şi nu este decât un vis.” Şi totuşi, Traian Vuia a reuşit să-şi construiască aparatul, poreclit Liliacul, datorită formei sale şi cu care a reuşit să zboare pentru prima dată la 18 martie, 1906. Ziarele din întreaga lume scriau a doua zi despre el, primul om care a construit şi a zburat cu un aparat mai greu decât aerul. Şi-a împlinit visul.

3. *Autoportret*

Profesorul va distribui materialele necesare realizării de către, elevi, prin desen, a unui autoportret („Inspiraţi de jocul de la începutul activităţii, realizaţi-vă autoportretul. Gândiţi-vă la calităţile voastre, la abilităţile voastre, la lucrurile de care

sunteţi mândri că le-aţi realizat până acum şi încercaţi să le surprindeţi prin desen.”). După finalizarea desenelor, elevii vor construi avioane din hârtie. Pe una din „aripile” acestuia, fiecare elev de clasa I şi de clasa a II-a va nota ceea ce consideră el că este cea mai importantă calitate sau abilitate a sa. Pe cealaltă „aripă” a avionului va scrie ce va dori el să realizeze în viitor. Elevii de la clasa pregătitoare nu vor scrie, ci doar vor numi, pe rând, calităţile/abilităţile, respectiv aspiraţiile. La finalul activităţii, copiii vor lansa avioanele în spaţiul clasei.

Recomandări:

- ✧ Este de preferat să se organizeze activitatea cu grupuri mici de copii, pentru a oferi fiecăruia posibilitatea de exprimare, de manifestare a încrederii în sine.
- ✧ În cadrul jocului, elevii vor fi încuraţi să dezvolte afirmaţiile în modalităţi care să fie relevante din perspectiva consilierii în carieră. Se vor identifica astfel capacităţi, abilităţi, talente, preferinţe, reuşite, aspiraţii.
- ✧ Întrebări de facilitare a autoreflecţiei:

- Ce aţi aflat despre voi jucând *Cercul Calităţilor*?
- În ce moment aţi procedat şi voi asemeni lui Traian Vuia – aţi fost perseverenţi, curajoşi şi aţi reuşit să faceţi ce v-aţi propus.
- Cum credeţi că pot calităţile şi abilităţile noastre să ne ajute pentru a ne îndeplini ceea ce dorim să facem în viitor?

- ✧ Dacă elevii au dificultăţi de identificare a reuşitelor sau a lucrurilor pe care le fac cel mai bine se vor oferi exemple care să faciliteze autodezvăluirea („Cea mai mare reuşită a mea a fost atunci când am învăţat să înot. Ceea ce fac eu cel mai bine este să îi ajut pe copii.”)
- ✧ Autoportretele şi avioanele realizate de către elevi vor fi colectate şi vor reprezenta o resursă utilă în consilierea părinţilor şi în consilierea individuală a elevilor (în situaţiile în care se înregistrează aspecte care evidenţiază dificultăţi).

Mesajul-cheie:

Calităţile şi abilităţile personale sunt asemeni avioanelor. Te ridică de la sol şi te înalţă pentru a ajunge unde doreşti.

Surse foto

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Paper_Plane_Vector.svg

https://ro.m.wikipedia.org/wiki/Fi%C8%99ier:Traian_Vuia_aircraft.jpg

BUNE PRACTICI

PROIECTUL

„CUNOSCÂNDU-MI RĂDĂCINILE, MĂ CUNOSC PE MINE”

PROFESOR CONSILIER ŞCOLAR: MUNTEANU ANCA

Proiectul „Cunoscându-mi rădăcinile, mă cunosc pe mine” a fost realizat în anul şcolar 2017-2018 în unitatea Colegiul Tehnic de Aeronautică „Henri Coandă”, de către o echipă de profesori din catedrele de socio-umane şi de limba română. A fost un proiect interdisciplinar în care s-a pornit de la premisa următoare:pentru formarea şi dezvoltarea armonioasă a caracterului, persoana are nevoie de modele corect asumate, constând în personalităţi marcante ale istoriei familiale, transgeneraţionale şi naţionale. Fiind în mediul şcolar, am decis să punem accentul pe câteva din personalităţile care şi-au susţinut şi apărat (în unele situaţii, chiar cu preţul vieţii), convingerile şi valorile care le-au ghidat existenţa, care au trăit experienţa închisorilor din perioada comunistă, o perioadă „neagră” din istoria neamului, din care aceşti oameni fac să răzbată „lumina”.

Proiectul s-a adresat elevilor claselor a X-a, întrucât obiectivele au vizat formarea şi dezvoltarea caracterului, ca latură a personalităţii, ce reprezintă obiectul de studiu al Psihologiei, disciplină studiată în clasa a X-a.

Conform disciplinei studiate, caracterul este latura relaţional-valorică a personalităţii, latura dobândită care se formează în timp, care exprimă valorile pe care le are o persoană şi care-i ghidează existenţa. Valorile sunt susţinute şi promovate prin convingeri. Cu cât convingerile sunt mai puternice, cu cât le apără şi le susţine cu mai multă ardoare, cu atât caracterul persoanei este mai puternic şi mai valoros.

Pentru formarea caracterului este nevoie de conlucrarea mai multor mecanisme, pe parcursul vieţii, cu precădere în copilărie şi în adolescenţă: mecanismul condiţionării, mecanismul autorităţii si mecanismul imitaţiei şi al modelului. Proiectul se referă, în mod deosebit, la mecanismul imitaţiei şi al modelului.

Modelul este orice persoană din proximitatea adolescentului, care are o influenţă, pozitivă sau negativă, asupra lui. Sistemul educaţional ar trebui să însemne în primul rând, sprijinirea tinerilor în formarea şi dezvoltarea optimă a caracterului lor. Pentru ca formarea ca oameni a adolescenţilor să fie în prim-planul procesului de învăţământ, promovarea unor sisteme de valori puternice este de mare importanţă, iar corpul de cadre didactice ar trebui să fie cel mai în măsură să facă acest lucru. Prin atitudinea şi experienţa lor de viaţă, prin alegerea vocaţiei de profesor/mentor al elevilor în devenire, prin dăruire şi responsabilitate faţă de profesie, cadrele didactice reprezintă adevărate modele de conduită pentru formarea caracterului elevilor. Alături de părinţi, profesorii reprezintă şi ei adulţi semnificativi în viaţa elevilor, care oferă valori şi modele de formare.

Motivaţia proiectului este furnizarea de modele specifice spaţiului cultural al ţării. Este o promovare a unor modele corecte, valoroase care îmbogăţesc istoria noastră şi pe ”umerii” cărora se ridică generaţii întregi, pe care le inspiră în vederea scoaterii la iveală a eului potenţial, pentru a deveni „ceea ce sunt”, pentru a-i susţine, pentru a se forma şi a se confirma pe ei înşişi, pentru a deveni o forţă de nestăvilit în susţinerea credinţelor proprii. Atunci vor ştii ce sunt, ce pot şi aleg ceea ce vor deveni.

Doar atunci vor deveni cei care decid propria transformare.

Scopul proiectului : Conştientizarea importanţei istoriei recente în vederea dezvoltării conştiinţei de sine şi a atitudinii prosociale,

având ca efect participarea activă şi asumată la formarea propriului caracter.

Obiective generale :

1. Dezvoltarea conştiiţei de sine şi a atitudinii pozitive faţă de propria persoană
2. Dezvoltarea unor atitudini prosociale, de afirmare liberă a personalităţii şi de relaţionare pozitivă cu ceilalţi
3. Dezvoltarea gândirii critice cu privire la perioade semnificative din istoria recentă

Obiective specifice :

O1. Să identifice personalităţi cu convingeri puternice, din diferite domenii de activitate care au fost întemniţate în perioada comunistă

O2. Să identifice convingerile acelor personalităţi care şi-au dat viaţa pentru a le susţine

O3. Să analizeze importanţa convingerilor-valoare în formarea caracterului

O4. Să identifice resurse pe care le pot accesa oamenii în situaţii-limită

Descrierea activităţii : Fiecare cadru didactic a selectat o grupă de elevi care au dorit să participe la derularea proiectului.

Profesorul de specialitate a ghidat elevii, în vederea îndeplinirii sarcinilor propriu-zise.

Astfel, profesorul de psihologie a îndrumat elevii în vederea identificării unui material care să listeze resurse psihologice şi spirituale pe care oamenii le pot accesa în situaţii-limită. Altruismul; dezvoltarea unor relaţii autentice cu ceilalţi; coeziunea celor aflaţi ”de aceeaşi parte a baricadei”, trăirea în prezentul ”aici şi acum”, indiferent cât de dureros ar fi el care conduce automat la o intensificare a vieţii psihice interioare; aprecierea artei şi a naturii; umorul; conectarea la persoane semnificative din viaţa deţinutului – toate acestea constituie resurse psihice si contribuie la conturarea sensului unei existenţe în situaţii extreme.

Iar în spaţiul românesc o resursă veşnic vie, care a reprezentat licărirea de lumină în întunericul temniţei, l-a constituit credinţa, conectarea cu Fiinţa Supremă, care dă sens unei existenţe chiar şi atunci când pare că mediul şi condiţiile cele mai mizere ar trebui să îngroape orice urmă de umanitate. Credinţa este izvor pentru optimism, speranţă şi alegerea unei vieţi semnificative în detrimentul decăderii umane. Este o alegere conştientă pe care au facut-o cei care au trăit această experienţă înfricoşătoare, iar noi, generaţiile viitoare, decidem în ce măsură dorim să intregrăm înţelepciunea antecesorilor.

Profesorul de istorie a îndrumat elevii spre realizarea unui material power-point referitor la specificul perioadei comuniste din ţară.

Profesorul de religie a ghidat elevii spre identificarea unor personalităţi din spaţiul religios, care şi-au susţinut convingerile cu fermitate şi curaj.

Profesorul de limba şi literatura română a ghidat elevii spre identificarea unor personalităţi din rândul intelectualilor, dar a organizat şi un recital de poezie inspirată din temniţa comunistă.

Profesorul de geografie a coordonat elevii spre realizarea unei hărţi pe care au fost punctate închisorile comuniste.

Evaluarea proiectului : Produsele activităţii elevilor au fost prezentate în cadrul unei sesiuni de comunicări, ce a cuprins şi un recital de poezie.

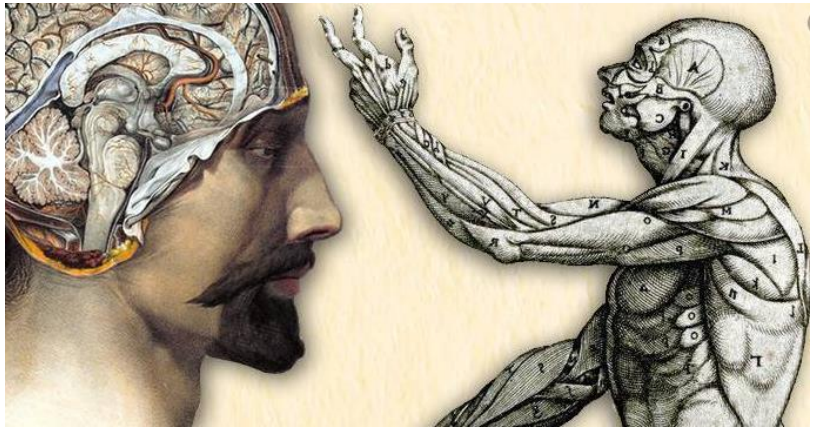
A fost realizat un panou pe care au fost expuse portrete cu personalităţile prezentate şi harta pe care au fost marcate închisorile comuniste.

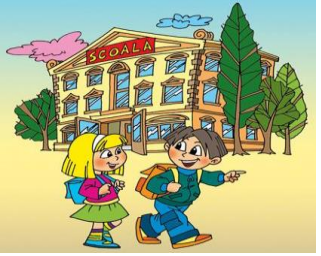
BIBLIOGRAFIE :

Manual de Psihologie pentru clasa a X-a , coordonator Mielu Zlate, Editura Aramis, 2005

Omul în căutarea sensului vieţii, Viktor E. Frankl, Editura Meteor Press, 2009, Bucureşti

Psihoterapia existenţială, Irvin Yalom, Editura Trei, 2012, Bucureşti





FACTORI DETERMINANȚI ÎN ALEGEREA PROFESIEI LA ADOLESCENȚI

STUDII

PROFESOR CONSILIER ŞCOLAR: SILVIA NICOLESCU

„Ideea de viitor este mai fecundă decât viitorul însuşi" (HENRI BERGSON)

Pregătirea pentru alegerea şi construirea unei cariere presupune un demers educaţional-formativ complex în care se intersectează influenţele a trei vectori: ceea ce poate individul (cunoştinţe, capacităţi, abilităţi, competenţe etc.), ceea ce vrea individul (interesele, aspiraţiile şi idealurile acestuia, sistemul personal de valori), precum şi ceea ce solicită societatea (meseriile, ocupaţiile, profesiile şi genurile de activităţi necesare satisfacerii nevoilor oamenilor şi ale societăţii). Puşi în faţa unei oferte de educaţie şi formare egală pentru toţi, insuficient diferenţiată, care doreşte cu tot dinadinsul să nu discrimineze, unii elevi se simt abandonaţi, ignoraţi şi defavorizaţi prin tratarea nepersonalizată. Ei consideră că identitatea lor este „topită", „diluată" în procesul învăţământului de masă. Pe acest fundal, responsabilitatea personală pe care ei simt că trebuie să şi-o asume, trezeşte în mintea lor nelinişte şi iritare pentru că nu ştiu ce să facă, la cine ar trebui să apeleze, cine ar putea cel mai bine să le înţeleagă frământările şi să le dea un sfat avizat.

Decizia de carieră stă sub influenţa unor **factori**, fie ***psihosociali*** (familia, şcoala, grupul de prieteni, cererea pieţei forţei de muncă, „moda profesiunilor", prejudecăţile legate de unele profesiuni, mass-media), fie ***individuali*** **(**nivelul intelectual, aptitudinile, motivaţia, trăsăturile dominante de personalitate).

Pentru specialiştii din reţeaua Centrului Municipiului Bucureşti de Asistenţă Psihopedagogică, orientarea şcolară şi profesională a elevilor a constituit permanent o prioritate în activitatea desfăşurată. Programele iniţiate şi derulate pe diferite paliere de vârstă, ne-au ajutat să ne formăm o imagine asupra nevoilor de orientare şcolară şi profesională a elevilor. Astfel, am observat că elevii din învăţământul gimnazial sunt oarecum dezorientaţi, neînţelegând „de ce avem nevoie de aceste programe dacă repartiţia la licee este computerizată" sau „ce importanţă au aptitudinile şi interesele noastre dacă suntem obligaţi să avem note mari la toate materiile, inclusiv la acelea pentru care nu avem aptitudini". Pe de altă parte, la adolescenţi, alegerea unui drum în viaţă este una dintre marile probleme. Mulţi dintre ei ajung în clasa a XII-a şi oscilează încă între diverse domenii de activitate, iar alţii nu îşi mai continuă studiile şi îşi caută un loc de muncă. Pentru adolescenţii din ţara noastră, alegerea profesiei este cu atât mai dificilă cu cât se află sub influenţa unui sistem educativ ce pune accent mai mult pe teorie decât pe experienţă, vocaţie, talent.

Bazele dezvoltării intereselor profesionale sunt cimentate în cadrul familiei de proveniență. Influențele mediului social în care adolescentul s-a dezvoltat se dovedesc a fi de o importanță covârșitoare pentru devoltarea și fixarea obiectivelor de viitor.

Prin prisma celor menționate anterior, investigarea factorilor determinanți în alegerea viitoarei carieră la adolescenți constituie o temă de interes major. Astfel, lucrarea noastră își propune, ca prim obiectiv major, evidențierea opiniilor și percepțiilor adolescenților cu privire la factorii determinanți care le influențează alegerea viitoarei profesii, nevoia lor de orientare școlară și profesională, precum și imaginea pe care o au despre locul de muncă ideal. Pornind de la acest obiectiv, ne propunem, în continuare, analiza influenței stilurilor parentale asupra intereselor profesionale ale adolescenților, relevarea percepțiilor adolescenților privind nivelul cerințelor părinților și receptivitatea de-a lungul celor trei domenii ale stilurilor parentale (autoritar, permisiv și cu autoritate), evidențierea modului în care percepția stilurile parentale specifice se asociază cu interesele profesionale ale adolescenților, precum și studierea relației dintre stilurile parentale adoptate de părinți și percepția adolescenților asupra stilurilor parentale adoptate de părinții lor.

Metodologia cercetării

Obiectivele cercetării

În cadrul obiectivelor cercetării au fost vizate următoarele aspecte specifice:

- analiza preliminară a opiniilor elevilor cu privire la factorii determinanți care le influențează alegerea viitoarei profesii, nevoia lor de orientare școlară și profesională, precum și imaginea pe care o au despre locul de muncă ideal;
- studierea relației dintre stilurile parentale și interesele profesionale ale adolescenților, din perspectiva stilurilor parentale ca factori determinanți în alegerea carierei la adolescenți;
- examinarea dovezilor empirice ale relației dintre stilurile parentale și interesele profesionale ale adolescenților;
- cercetarea bazându-se pe stiluri parentale și influența acestora asupra intereselor profesionale și, implicit, asupra alegerii carierei ale adolescenților, obiectivul principal al acestui studiu a fost de a investiga și identifica percepțiile adolescentului privind nivelul cerințelor părinților și receptivitatea de-a lungul celor trei domenii ale stilurilor parentale, autoritar, permisiv și democratic, precum și modul în care percepția stilurile parentale specifice au fost asociate cu interesele profesionale ale adolescenților;
- analiza relației dintre stilurile parentale adoptate de părinți și percepția adoscenților asupra stilurilor parentale adoptate de părinții lor.

Ipotezele cercetării

Luând în considerare obiectivele cercetării enunţate anterior, au fost stabilite următoarele ipoteze:

Ipoteza generală:

H1: Este de aşteptat ca stilurile parentale să influenţeze interesele profesionale ale adolescenţilor.

Ipoteze specifice:

H2: Este de aşteptat că există diferenţe semnificative statistic la nivelul intereselor profesionale între adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental autoritar şi adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental democratic.

H3: Este de aşteptat că există diferenţe semnificative statistic între percepţia adolescenţilor asupra stilului parental adoptat de părinţi şi percepţia părinţilor asupra stilurilor parentale adoptate de ei.

Variabilele cercetării

În studiul prezent au fost stabilite variabilele de lucru implicate, pentru îndeplinirea obiectivelor, după cum urmează:

→ *variabila dependentă:* interesele profesionale. Variabila dependentă poate fi definită prin comportamentul motivaţional adoptat de adolescent. Indicatori ai comportamentului sunt:

• autonomia şi orientarea activă;

• orientarea personalităţii spre anumite domenii de activitate;

• stimulul intern motivaţional;

• simţul responsabilităţii.

Variabila dependentă este măsurată pe scală interval-raport, fiind luate în considerare scorurile brute ale adolescenţilor în urma evaluării domeniului de interese profesionale.

→ *variabila independentă:* stilul parental. Stilurile parentale constituie o gamă de comportamente etichetate, care au fost folosite pentru a generaliza stiluri diferite de disciplină, utilizate în creşterea şi educarea copiilor.

Variabila independentă este măsurată pe scală nominală, constituind şi variabilă de grupare. Modalităţile variabilei independente: PERMISIV, cu autoritate DEMOCRATIC şi AUTORITAR.

Participanţi

În cadrul cercetării au participat:

- Adolescenţi (N=243) – 121 elevi în clasa a XI-a şi 122 elevi în clasa a XII-a din cadrul Colegiului Naţional „Emil Racoviţă” din Bucureşti. Dintre elevii lotului, 120 provin de la clase cu profil vocaţional sportiv, 63 de la clase cu profil filologie şi 60 de la clase cu profil matematică-informatică. Acestor elevi li s-a aplicat Chestionarul preliminar de identificare a opiniilor privitoare la factorii determinanţi ai alegerii carierei.
- Adolescenţi selectaţi în urma aplicării preliminare a chestionarului (N=77) cu vârsta cuprinsă între 17 ani şi 19 ani, din cadrul Colegiului Naţional „Emil Racoviţă” din Bucureşti, înscrişi în anul şcolar 2017-2018 în clasele a XI-a şi a XII-a. Toţi elevii participanţi în cadrul cercetării frecventează această unitate de învăţământ. Selecţia s-a realizat astfel: selecţia acelor adolescenţi care au relevat, prin răspunsurile lor la Chestionarul preliminar, importanţa părinţilor în luarea deciziei de carieră. De asemenea, ulterior au fost eliminate 6 chestionare invalide, în urma aplicării Chestionarului Holland şi a celui de Stiluri parentale, astfel că numărul final de respondenţi a rămas N=71.
- Părinţii elevilor care au făcut parte din cercetare au fost evaluţi în aceeaşi manieră (N=71). Fiecărui părinte i-a corespuns în cadrul cercetării propriul copil, eşantioanele de părinţi şi adolescenţi fiind dependente. De asemenea, grupurile de părinţi au fost constituite luându-se în considerare adolescenţii participanţi din cadrul Colegiului Naţional „Emil Racoviţă”.
- S-a format de asemnea un lot de părinţi care nu au avut corespondenţi adolescenţi în cadrul cercetării. Acest lot de 30 de părinţi (N=30) a fost considerat lotul experimental, pentru studiul de validitate al Chestionarului de stiluri parentale. Pentru întocmirea acestui lot a fost necesar ca subiecţii să aibă cel puţin un copil.

Instrumente

- **Chestionar preliminar**, cu rol de screening, în vederea identificării opiniilor elevilor cu privire la factorii determinanţi care le influenţează adolescenţilor alegerea viitoarei profesii, nevoia lor de orientare şcolară şi profesională, precum şi imaginea pe care o au despre locul de muncă ideal. Chestionarul conţine 9 itemi, unii închişi, cu alegere duală şi multiplă, accesibili nivelului de vârstă al acestora, alţii cotaţi pe o scală Likert de la 1 la 5 şi alţii semi-deschişi.

În urma analizei răspunsurilor din cadrul Chestionarului preliminar, importanţa părinţilor în decizia de carieră este relevată de 36,37% din elevii claselor a XI-a (44 elevi) şi 27,05% din elevii claselor a XII-a (33 elevi).

Chestionarul de interese Holland

Stabilirea **stilurilor parentale** s-a efectuat consultând literatura de specialitate, deoarece reprezenta un aspect important în cadrul cercetării.

Pentru identificarea stilurilor parentale am folosit un **chestionar** dezvoltat de Robinson, Mandleco, Olsen & Hart (1995). Au fost realizaţi itemi noi, dar au fost de asemenea folosiţi şi itemi din chestionarul elaborat de autorii menţionaţi.

Procedură şi design

Aplicarea instrumentelor de investigaţie asupra adolescenţilor a fost facilitată datorită nivelului de vârsta al participanţilor implicaţi în cadrul cercetării. Chestionarul preliminar şi Chestionarul Holland au fost aplicate doar pe adolescenţi, într-o manieră individuală, instructajul probei rămând acelaşi pentru toţi participanţii cercetării. Adolescenţii au completat de asemenea şi Chestionul pentru stabilirea stilurilor parentale, deoarece unul dintre obiectivele cercetării este observarea diferenţelor între percepţia stilurilor parentale de către adolescenţi şi părinţii adolescenţilor. Aplicarea chestionarelor s-a desfăşurat într-un cadru cunoscut de către participanţi şi anume sălile de clasă.

Formularul cu informaţii personale şi Chestionarul stilurilor parentale au fost completate de părinţii participanţi în cadrul cercetării. Aceştia au primit de asemenea şi formularul de consimţământ informat prin care li s-a adus la cunoştinţă caracterul cercetării şi confidenţialitatea datelor, formular completat şi de elevi.

Datele care au fost colectate au fost analizate cu ajutorul programului SPSS. Distribuţiile de frecvenţe şi procentele au fost calculate în scopul de a analiza datele obţinute de la chestionarul stilurilor parentale. Fiabilitatea internă a scalelor chestionarului de stiluri parentale a fost testată prin calcularea coeficientului Cronbach Alpha. Studiul de faţă este de tip cvasiexperimental.

Descrierea etapelor cercetării:

1. Elaborarea şi aplicarea Chestionarului preliminar de identificare a opiniilor elevilor cu privire la factorii determinanţi care le influenţează alegerea viitoarei profesii, nevoia lor de orientare şcolară şi profesională, precum şi imaginea pe care o au despre locul de muncă ideal.
2. Analiza calitativă a rezultatelor obţinute, ceea ce ne-a permis obţinerea unei imagini de ansamblu cu privire la percepţiile şi opiniile adolescenţilor, cu rol constatativ.

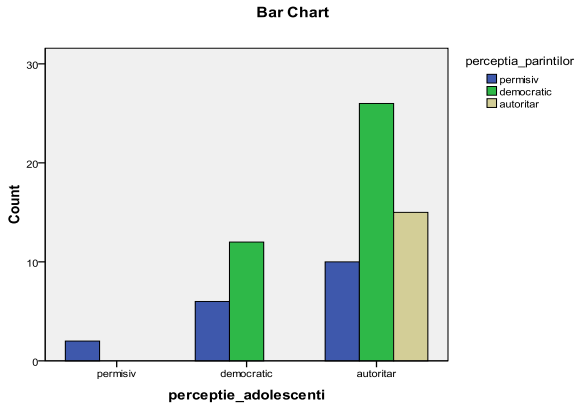
3. În urma acestei analize preliminare, am recurs la selectarea, din eşantionul iniţial (N=243) a unui număr de 71 de participanţi, ale căror opinii converg, în general, spre evidenţierea rolului central al părinţilor / familiei în ceea ce priveşte viitorul lor profesional.
4. Aplicarea, pe acest eşantion final, a Chestionarului de interese tip Holland şi a Chestionarului de stiluri parentale.
5. Aplicarea, pe părinţii acestor elevi, a Chestionarului de stiluri parentale.

Analiza şi interpretarea rezultatelor obţinute

Analiza rezultatelor preliminare:

- majoritatea elevilor consideră că îşi cunosc în foarte mare măsură aptitudinile, interesele şi calităţile personale, însă această autocunoaştere poate fi nerealistă;
- în viziunea elevilor, indiferent de clasă, gen sau profil, locul de muncă ideal reprezintă un element nerealist în proiecţia viitorului personal, deoarece, în general, nu se observă o concordanţă între locul de muncă specificat şi cerinţele postului respectiv, dovedind astfel lipsa de informare cu privire la profilele ocupaţionale;
- există elevi care, deşi îşi doresc să ajungă medici, avocaţi, profesori, contabili, informaticieni etc., nu menţionează (sau nu cunosc) cerinţele educaţionale, sarcinile şi atribuţiile în lucru (sau nu înţeleg ce înseamnă acestea), ori posibilităţile de dezvoltare;
- indiferent de clasă, gen sau profilul clasei, elevii au aspiraţii înalte, însă nu se ştie dacă acestea corespund aptitudinilor, intereselor şi valorilor personale;
- apare pregnant afirmarea nevoii de ajutor specializat pentru a identifica aptitudinile necesare profesiei dorite
- decizia elevilor privind alegerea formei de învăţământ după absolvirea liceului este influenţată preponderent de către familie.

Analiza statistică descriptivă:



Analiza statistică inferenţială:

- **testarea primei ipoteze** - testul statistic Analiza de varianţa unifactorială (One-Way Anova) pentru a vedea dacă există diferenţe semnificative între interesele profesionale ale adolescenţilor sub influenţa stilurilor parentale, fiind comparate mediile scorurilor brute obţinute de adolescenţi la Chestionarul de interese Holland.
- testul a relevat diferenţe nesemnificative între interesele profesionale ale adolescenţilor, impuse de un stil parental F=1,988 pentru un prag p=0.002, ceea ce conduce la **respingerea primei ipoteze** şi **acceptarea ipotezei de nul**: stilurile parentale nu influenţează interesele profesionale ale adolescenţilor.
- **testarea ipotezei a doua** - testul statistic T pentru a vedea dacă există diferenţe semnificative între interesele profesionale ale adolescenţilor sub influenţa stilurilor parentale autoritar şi democratic, fiind comparate mediile scorurilor brute obţinute de adolescenţi la Chestionarul de interese Holland.
- datele cercetării permit acceptarea ipotezei conform căreia există **diferenţe semnificative** la nivelul intereselor profesionale între adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental autoritar şi adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental democratic – **ipoteza se confirmă**.
- **testarea ipotezei a treia** - testul statistic statistic Chi-Square Test al asocierii pentru evidenţierea gradului de asociere între două variabile categoriale.
- Valoarea lui p=0,011 este mai mică decât nivelul p<0,05, în consecinţă se respinge ipoteza de nul şi **se confirmă ipoteza cercetării**: există diferenţe semnificative între percepţia adolescenţilor asupra stilului parental adoptat de părinţi şi percepţia părinţilor asupra stilurilor parentale adoptate de ei.

Interpretarea psihologică a rezultatelor:

- Deşi elevii consideră că îşi cunosc în mare măsură aptitudinile, interesele şi calităţile personale, observăm că totuşi au nevoie de ajutor specializat pentru a identifica aptitudinile necesare profesiei dorite.
- De asemenea, cu toate că ei conştientizează implicarea părinţilor, a şcolii (prin intermediul diriginţilor, profesorilor, consilierului şcolar), destul de mulţi consideră că aceşti factori pot fi consideraţi individual şi nu împreună.

Nu în ultimul rând, ei consideră că nu sunt suficient de bine informaţi cu privire la oportunităţile de după absolvirea liceului, dovedindu-ne necesitatea existenţei unor

- instrumente / programe de consiliere specializate, flexibile şi accesibile tuturor factorilor determinanţi în alegerea profesiei la adolescenţi.
- **Ipoteza generală** de la care s-a pornit a fost următoarea: stilurile parentale influenţează interesele profesionale ale adolescenţilor, din această ipoteză decurgând ipotezele specifice.
- În urma prelucrării datelor cu ajutorul Analizei de varianţă unifactorială (One-Way Anova), ipoteza cercetării a fost infirmată, aşadar, indiferent de stilul parental adoptat de către părinţi, nu există diferenţe semnificative la nivelul mediilor intereselor profesionale ale adolescenţilor.
- Ce a determinat respingerea ipotezei? Consultând literatura de specialitate este cunoscut faptul că în cadrul dezvoltării intereselor profesionale ale adolescenţilor intră o multitudine de factori mai puţin specifici decât influenţa exercitată de părinţi prin intermediul stilurilor parentale. Astfel unul dintre aceşti factori este reprezentat de persoanele pe care adolescenţii le privesc cu admiraţie (mentori, profesori) acest proces facilitând transmiterea valorilor şi intereselor profesionale.
- Adolescenţii au anumite interese profesionale mai accentuate comparativ cu altele şi din perspectiva personalităţii lor, personalitate asupra căreia stilurile parentale au exercitat influenţă.
- Din această perspectivă putem generaliza că modul în care părinţii se raportează la propriul copil îşi pune decisiv amprenta asupra intereselor profesionale pe care în această perioadă adolescentul încearcă să le descopere.
- Majoritatea adolescenţilor şi-au perceput părinţii având stiluri parentale diferite decât cele practicate de ei.
- În perioada adolescenţei, tinerii caută să îşi descopere identitatea de sine, care poate duce la confuzii şi tulburări emoţionale, dacă cerinţele parinţilor sunt percepute ca fiind contradictorii cu nevoile esenţiale ale adolescenţilor.

Concluzii şi aprecieri finale

Pregătirea pentru alegerea şi construirea unei cariere presupune un demers educaţional-formativ complex în care se intersectează influenţele a trei vectori: ceea ce poate individul (cunoştinţe, capacităţi, abilităţi, competenţe etc.), ceea ce vrea individul (interesele, aspiraţiile şi idealurile acestuia, sistemul personal de valori), precum şi ceea ce solicită societatea (meseriile, ocupaţiile, profesiile şi genurile de activităţi necesare satisfacerii nevoilor oamenilor şi ale

societăţii). Puşi în faţa unei oferte de educaţie şi formare egală pentru toţi, insuficient diferenţiată, care doreşte cu tot dinadinsul să nu discrimineze, unii elevi se simt abandonaţi, ignoraţi şi defavorizaţi prin tratarea nepersonalizată. Ei consideră că identitatea lor este „topită", „diluată" în procesul învăţământului de masă. Pe acest fundal, responsabilitatea personală pe care ei simt că trebuie să şi-o asume, trezeşte în mintea lor nelinişte şi iritare pentru că nu ştiu ce să facă, la cine ar trebui să apeleze, cine ar putea cel mai bine să le înţeleagă frământările şi să le dea un sfat avizat.

Decizia de carieră stă sub influenţa unor factori, fie psihosociali (familia, şcoala, grupul de prieteni, cererea pieţei forţei de muncă, „moda profesiunilor", prejudecăţile legate de unele profesiuni, mass-media), fie individuali **(**nivelul intelectual, aptitudinile, motivaţia, trăsăturile dominante de personalitate). La adolescenţi, alegerea unui drum în viaţă este una dintre marile probleme, fapt observat şi în analiza noastră. Mulţi dintre elevi au ajuns în clasa a XII-a şi oscilează încă între diverse domenii de activitate, iar alţii nu îşi mai continuă studiile şi îşi caută un loc de muncă sau aleg să plece din ţară. În acest context, ne gândim la eficientizarea activităţii de orientare şcolară şi profesională şi considerăm necesară elaborarea unui instrument / program de consiliere specializat, flexibil şi accesibil tuturor factorilor determinanţi în alegerea profesiei la adolescenţi.

Tema abordată în cadrul lucrării reprezintă şi va reprezenta un subiect de actualitate în orice împrejurare şi context social. Vor există întotdeauna adolescenţi care trec cu uşurintă sau dificultate prin această perioadă extrem de uimitoare, care au de făcut alegeri ce implică interesul profesional, aşa cum vor exista şi părinţi care le sunt alături, care prin stilurile parentale practicate le vor uşura sau, dimpotrivă, îngreuna trecerea spre următoarea perioadă a vieţii lor.

Obiectivele lucrării au fost stabilite în acord cu literatura de specialitate, accentuând rolul esenţial pe care îl constituie practicarea unui anumit stil parental şi bineînţeles consecinţele practicării unui anumit stil. Obiectivele lucrării au fost elaborate cu scopul de a investiga relaţia existentă între practicarea unui anumit stil parental şi interesele profesionale ale adolescenţilor. Un alt obiectiv propus în cadrul lucrării a reprezentat surprinderea relaţiei dintre percepţia pe care adolescenţii o au asupra stilurilor parentale practicate de părinţii lor şi stilurile parentale ale părinţilor.

Ipotezele au fost formulate de asemenea în acord cu obiectivele propuse, resprectiv: este de aşteptat ca stilurile parentale să influenţeze interesele profesionale ale adolescenţilor; este de aşteptat că există diferenţe semnificative la nivelul intereselor profesionale între adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental autoritar şi adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental democratic; este de aşteptat că există diferenţe semnificative între percepţia adolescenţilor asupra stilului parental adoptat de părinţi şi percepţia părinţilor asupra stilurilor parentale adoptate de ei.

Analizând răspunsurile oferite de elevi la **chestionarul preliminar**, constatăm că:

- majoritatea elevilor consideră că îşi cunosc *în foarte mare măsură* aptitudinile, interesele şi calităţile personale, însă ***nu ştim în ce măsură această autocunoaştere este realistă sau cât de corect sunt interpretate reperele definitorii ale personalităţii***, motiv pentru care suntem convinşi că se simte nevoia exersării autocunoaşterii în şcoală în scopul dezvoltării unor proiecte realiste cu privire la viitoarea carieră;
- în viziunea elevilor, indiferent de clasă, gen sau profil, ***locul de muncă ideal*** reprezintă un element nerealist în proiecţia viitorului personal, deoarece, în general, nu se observă o concordanţă între locul de muncă specificat şi cerinţele postului respectiv, dovedind astfel ***lipsa de informare*** cu privire la profilele ocupaţionale;
- ***există elevi care***, ***deşi îşi doresc să ajungă medici, avocaţi, profesori, contabili, informaticieni etc., nu menţionează (sau nu cunosc) cerinţele educaţionale, sarcinile şi atribuţiile în lucru (sau nu înţeleg ce înseamnă acestea), ori posibilităţile de dezvoltare***, dar avem şi elevi care tind către ocupaţia de fotbalist, fotomodel, actor/actriţă, acestea fiind promovate de mass-media;
- ***indiferent de clasă, gen sau profilul clasei, elevii au aspiraţii înalte, însă nu ştim dacă acestea corespund aptitudinilor, intereselor şi valorilor personale ale fiecăruia şi nici dacă ei conştientizează acest lucru***;
- remarcăm ***afirmarea nevoii de ajutor specializat pentru a identifica aptitudinile necesare profesiei dorite***;
- ***decizia elevilor privind alegerea formei de învăţământ după absolvirea liceului este influenţată preponderent de către familie***, motiv pentru care considerăm necesar ca elevii să conştientizeze existenţa şi importanţa tuturor factorilor care influenţează decizia de carieră.

În ceea ce priveşte ipotezele formulate, constatăm faptul că prima ipoteză nu se confirmă, astfel că stilurile parentale nu influenţează interesele profesionale ale adolescenţilor. Există însă diferenţe semnificative la nivelul intereselor profesionale între adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental autoritar şi adolescenţii ai căror părinţi adoptă stilul parental democratic.

De asemenea, există diferenţe semnificative între percepţia adolescenţilor asupra stilului parental adoptat de părinţi şi percepţia părinţilor asupra stilurilor parentale adoptate de ei.

Se punctează faptul că în adolescenţă se constituie o mai mare complexitate afectivă. În acest sens, interesele acţionează ca forme de idei sau activităţi saturate afectiv. Atitudinile, aspiraţiile şi dorinţele se află nuanţat în aceeaşi situaţie. În cazul atitudinilor, se manifestă valorizări mai puternice sau mai discret încarcate afectiv; aspiraţiile sunt forme de dorinţe proiectate în viitor faţă de un anumit obiectiv, stare, realizare (Şchiopu, 1997).

Majoritatea adolescenţilor se înţeleg destul de bine cu părinţii şi fraţii. Aceşti adolescenţi vor lua decizii importante în ce priveşte alegerea carierei şi relaţiile cu covârstnicii, ori în mod independent, ori cu ajutorul părinţilor. Studiile au arătat că adolescenţii ai căror părinţi acceptă părerile lor şi discută problemele familiale îşi vor percepe părinţii ca fiind corecţi, iar viaţa de familie este bună, fericită (Elder, 1962, apud Bonchiş & Secui, 2004).

Relaţia adolescenţilor cu părinţii afectează progresul lor în construirea identităţii. Tinerii aflaţi în statusul de difuziune identitară sunt neglijaţi sau respinşi de părinţi şi distanţi faţă de ei. La cealaltă extremă, adolescenţii din statusul de prescriere sunt foarte apropiaţi, poate prea apropiaţi de părinţii lor. Ei nu pun la îndoială autoritatea parentală sau nu simt trebuinţa de a-şi forma o identitate separată. Prin comparaţie, cei din statusurile moratoriu şi de atingere a identităţii au o bază afectivă solidă acasă, combinată cu o independenţă considerabilă care le este acordată. În discuţiile din familie, aceşti adolescenţi resimt apropiere şi respect reciproc şi sunt liberi să nu fie de acord cu părinţii lor; ei sunt încurajaţi să compare perspectivele lor cu cele ale altor membri ai familiei. Acest stil parental cald şi democratic pare să-i ajute pe copii să câştige un nivel ridicat al stimei de sine (Bonchis & Secui, 2004).

Datele obţinute relevă importanţa părinţilor / familiei în ceea ce priveşte viitorul profesional al adolescenţilor. Astfel, părinţii reprezintă atât sursă corectă şi completă de informare pentru adolescenţi, cât şi sursă de sprijin în luarea deciziei privind viitoarea profesie. Părinţii, prin metodele de creştere şi educare utilizate, precum şi prin stilurile şi atitudinile parentale practicate în relaţie cu adolescenţii, constituie, aşa cum reiese din datele obţinute, principalul factor care le influenţează adolescenţilor decizia de carieră.

În ceea ce priveşte limitele acestui studiu, menţionăm mărimea eşantionului, care determină existenţa anumitor rezerve în generalizarea datelor. De asemenea, o altă limită ar fi neluarea în calcul şi a altor variabile (performanţa şcolară, percepţia dirigintelui, nivelul socio-economic şi educaţional al familiei), care ar fi putut genera alte tipuri de rezultate.

Ca direcţii viitoare, propunem, în final, un **model de program educaţional**, care ar putea să îi orienteze mai bine pe elevii anilor terminali de liceu, facilitându-le, astfel, opţiunile ulterioare privind cariera.

Program educaţional „Cariera între vis şi realitate”

Argument

În procesul de orientare şcolară şi profesională sunt implicaţi o multitudine de actori, rolul principal avându-l elevul, ştiut fiind faptul că întregul proces se desfăşoară asupra lui şi în folosul lui. Este deosebit de important ca elevul să participe în acest proces în mod activ, deci să nu se rezume la a prelua fără să analizeze opţiunea părintească sau propunerea altor factori de orientare, ci să fie conştient de importanţa alegerii viitoarei profesii şi de riscurile la care va fi expus de o alegere. Pentru alegerea liberă şi adecvată a profesiunii se impune asigurarea maturizării elevului pe cele trei componente – intelectuală, afectiv-motivaţională şi volitiv-caracterială. În funcţie de dinamica, intensitatea, structura şi gradul lor de consolidare, aceste variabile direcţionează poziţia elevului în legătură cu ceea ce vrea el sa realizeze.

În al doilea rând, şcoala este cea care dispune de un ansamblu de mijloace de influenţare pozitivă a alegerii viitoarei profesii de către elevi. Chiar dacă elevii declară că opţiunile profesionale sunt conturate prin propria voinţă, aceasta implică, de fapt, o anumită influenţă a şcolii prin obiectele de studiu pentru care elevii îşi formează interese stabile, dar şi prin admiraţia lor pentru anumiţi profesori pe care îi aleg drept modele în viaţă. De asemenea, prin intermediul Cabinetului de Asistenţă Psihopedagogică, şcoala trebuie să pună la dispoziţia elevilor un set de programe şi materiale informative, profesorul consilier oferind servicii de consiliere şi orientare şcolară şi profesională atât elevilor, cât şi părinţilor.

Dezvoltarea economică şi socială generală îşi pune amprenta pe dezvoltarea instituţională şi funcţionarea eficientă a sistemului de orientare şcolară şi profesională. Totodată, amploarea şi direcţia dezvoltării socio-economice, induce şi un anumit specific naţional, datorat istoriei domeniului orientării şcolare şi profesionale, faptelor de natură socio-culturală, realităţilor materiale şi tipurilor caracteristice de nevoi în planul economic şi individual. De asemenea, nevoile concrete ale pieţei forţei de muncă, dinamica economică (în schimbare rapidă) nu se pot constitui în criterii unice de referinţă pentru a da o anumită orientare activităţii de consiliere a carierei indivizilor, ci sunt de luat în considerare, într-o măsură apreciabilă şi sistemul de valori, motivaţiile şi interesele profesionale ale fiecăruia.

Prin temele abordate în acest program ne propunem să îmbunătăţim percepţia elevilor faţă de importanţa alegerii traseului educaţional şi, implicit, a carierei, în concordanţă cu aptitudinile şi interesele personale. Totodată, elevii vor învăţa cum să abordeze diferite situaţii de tranziţie şi cum îşi pot identifica şi dezvolta anumite abilităţi transferabile, care pot fi utilizate în diverse locuri de muncă. Nu vom pierde din vedere nici elementele de marketing şi promovare personală, precum şi importanţa deciziei în carieră.

Scopul programului:

Pregătirea elevilor pentru alegerea viitoarei profesii, în concordanţă cu sistemul de valori, motivaţiile şi interesele profesionale ale fiecăruia, dar şi cu cerinţele pieţei muncii.

Obiectivele programului:

- conştientizarea resurselor personale şi a necesităţilor proprii în situaţii de tranziţie;
- descoperirea de către elevi a elementelor care îi motivează în eforturile lor de dezvoltare personală şi profesională;
- conturarea unui sistem individual de valori;
- explorarea traseelor educaţionale şi profesionale;
- identificarea factorilor care influenţează decizia în carieră;
- cunoaşterea oportunităţilor de pe piaţa muncii;
- identificarea abilităţilor transferabile specifice fiecărui elev;
- iniţierea/susţinerea unor activităţi de autopromovare;
- conştientizarea importanţei intereselor profesionale pentru dezvoltarea carierei;
- identificarea unor surse pentru obţinerea informaţiilor referitoare la diferite locuri de muncă;
- cunoaşterea unor strategii de căutare a unui loc de muncă.

Sugestii de activităţi:

- aplicare de instrumente vocaţionale şi dezbatere pe baza rezultatelor obţinute;
- mituri privind cariera;
- abilităţi transferabile şi rolul lor în alegerea şi dezvoltarea carierei;
- nivelul abilităţilor mele;

- lista de identificare a punctelor tari;
- lista de valori;
- identificarea abilităţilor;
- analiza propriei personalităţi;
- decizia de carieră;
- instrumente ale promovării personale – CV-ul, scrisoarea de intenţie, cartea de vizită, portofoliul personal; componenta atitudinală – comunicarea asertivă, dezvoltarea reţelei de contacte; exerciţii de elaborare a documentelor de marketing personal (CV, scrisoare de intenţie); joc de rol: simularea participării la un interviu în vederea angajării;
- aplicare teste de identificare a valorilor personale/profesionale;
- strategii de căutare a unui loc de muncă etc.

La aceste activităţi se poate adăuga şi testarea elevilor pe Plaforma AMN, după acordul dat în prealabil de părinţi.

Considerăm, că prin programul propus, vom putea facilita atât luarea deciziilor de către elevi cu privire la propria carieră, cât şi trasarea direcţiilor ocupaţionale viitoare adecvate fiecăruia, pentru o inserţie socio-profesională reuşită.

INTELIGENȚA DIGITALĂ ÎN CONSILIEREA ȘCOLARĂ

PROFESOR CONSILIER SCOLAR : ANDA ANCA RODIDEAL

Într-o lume în care tehnologia se infiltrează în majoritatea aspectelor din viaţa de zi cu zi a tuturor oamenilor, atât prin propriul consum digital, cât şi datorită tehnologizării avansate a mediului socio-cultural şi profesional, o atenţie aparte este acordată educării competenţelor necesare cetăţenilor de toate vârstele pentru a o utiliza.

La nivel mondial, încă din anii 2000 s-a introdus conceptul de „competenţe digitale” pentru a defini generic cunoştinţele, abilităţile şi atitudinile necesare unui individ pentru a utiliza internetul şi diversele aparate conectate, precum telefon mobil, laptop, tableta, sau calculator desktop în scopul comunicării, colaborării, informării şi împărtăşirii de idei, participării active în lumea mediatizată (Yazon, Ang-manaug, et al., 2019). Deşi s-au făcut eforturi pentru a operaţionaliza şi stabili nivelurile competenţei digitale (minim, mediu, maxim), aceste demersuri sunt îngreunate de transformările continue şi ritmul accelerat de inovaţie în ceea ce priveşte digitalizarea. Deşi la nivel academic nu există un consens referitor la definirea şi operaţionalizarea acestui concept, în documentele de politici publice şi educaţionale este des folosit, cu referire la măsura în care utilizatorii învaţă să folosească tehnologia şi resursele oferite de mediul online, fiind totodată capabili să facă faţă riscurilor din mediul virtual şi potenţând oportunităţile.

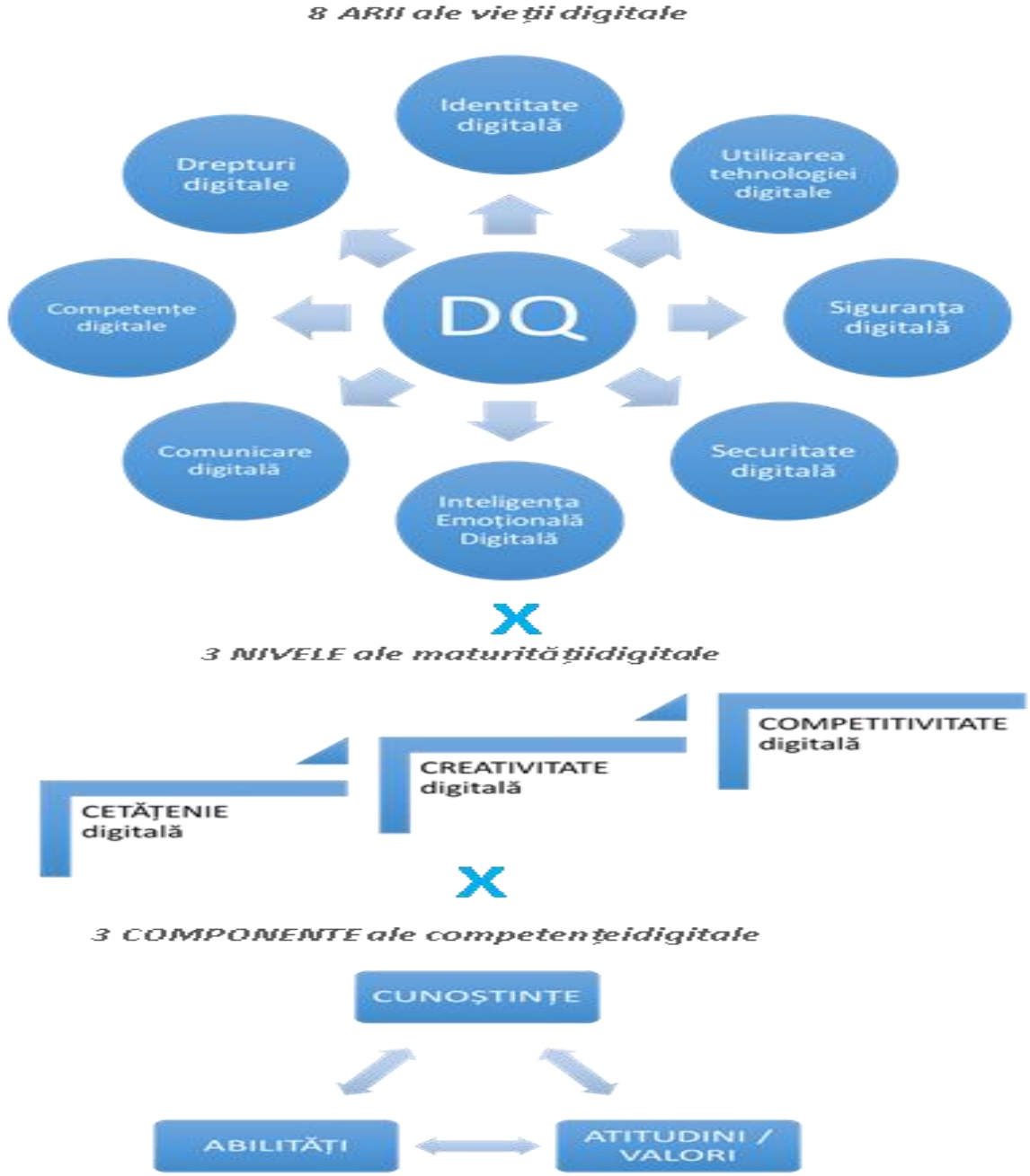
O atenţie deosebită este acordată educării acestor competenţe în şcoală, considerându-se că de la cele mai mici vârste copiii trebuie familiarizaţi cu utilizarea tehnologiei (Ducu, 2018). Au fost demonstrate efectele pozitive ale utilizării tehnologiei în educaţie, deoarece prin intermediul învăţării asistate de tehnologie – computer, laptop, tabletă sau telefonul mobil –procesele cognitive sunt cel puţin la fel de solicitate, sau chiar mai solicitate. Concluzia cercetărilor realizate a fost că un mix de metode pedagogice online şi offline ar asigura un succes mai mare al învăţării (Heckman, Annabi, 2017). Aducerea tehnologiei digitale în sala de clasă are o serie de efecte pozitive, de la potenţarea interesului şi motivaţiei elevilor, la centrarea atenţiei şi creşterea memorabilităţii, dar şi a capacităţilor de căutare şi analiză a informaţiilor (Tutkun, 2011, Coffey, 2012). De la dezvoltarea competenţelor digitale, la cele de gândire critică, la rezolvarea de probleme şi lucrul în echipă, toate pot fi realizate prin utilizarea adecvată a tehnologiei şi internetului în şcoală (Keser, Ozdamli, 2012).

În plus, internetul a făcut posibilă dezvoltarea platformelor de învăţare la distanţă, online, ceea ce, pe de o parte, oferă suport grupurilor dezavantajate – de la persoanele care au probleme de sănătate, la cele care provin din familiile sărace - şi, pe de altă parte, încurajează colaborarea între instituţiile de învăţământ, în beneficiul cunoaşterii universale (Weizs, 2019). Trebuie avut în vedere faptul că beneficiile reale pentru elevi depind de măsura în care se găseşte un echilibru între politicile de integrare a tehnologiei în educaţie şi curriculum, abilităţile elevilor şi profesorilor de a o utiliza şi capacitatea de selecţie a metodologiilor şi conţinuturilor adecvate învăţării digitale (Marinescu, 2017).

Datorită complexităţii crescânde a ceea ce este inclus în „competenţele digitale" şi a ubicuităţii mediei, se consideră că toate acestea determină apariţia unui nou tip de inteligenţă, „inteligenţa digitală" (DQ,digital quotient). Aceastaa fost definită pentru a reuni toate abilităţile, ce le depăşesc pe cele anterioare (IQ, EQ) şi asigură indivizilor capacitatea de a utiliza în mod productiv tehnologia digitală. Definirea diferitelor tipuri de inteligenţe (IQ – bazată pe capacităţile cognitive; EQ – bazată pe capacităţile socio-emoţionale şi empatice) a fost legată de revoluţiile industriale prin care a trecut omenirea. O dată cu a 4-a Revoluţie Industrială, cea tehno-digitală, a fost definită DQ – Inteligenţa Digitală. DQ reprezintă un set complex de abilităţi tehnice, cognitive, meta-cognitive şi socio-emoţionale, fundamentate de valorile umane universale prin care indivizii pot face faţă cerinţelor societăţii actuale. Persoanele dotate cu DQ devin cetăţeni digitali înţelepţi, competenţi şi pregătiţi să utilizeze, controleze şi creeze tehnologie pentru avansul umanităţii. Prin DQ se stabileşte baza pentru compararea şi măsurarea competenţelor digitale în 8 arii, prezentate în figura 1 (Park, Y., (ed.), 2019).

Pe măsură ce copiii şi adolescenţii devin „hiper-conectaţi în lumea digitală" ce modifică patern-urile de comunicare şi interacţiune, cresc şi îngrijorările faţă de riscurile la care sunt expuşi, de la dependenţa de tehnologie, la ciberbullying, comportamente online deviante, sexualitate prematură online, probleme de securitate a datelor şi vieţii private. Toate acestea pot avea un puternic impact negativ asupra calităţii vieţii şi dezvoltării lor (DQ Institute, 2017). Se consideră că cei mai vulnerabili faţă de aceste riscuri sunt copiii şi de aceea se pune un accent deosebit, la nivel mondial, asupra educaţiei lor digitale, astfel încât să devină cetăţeni digitaliresponsabili, capabili să evite şi gestioneze riscurile online. Astfel este explicată nevoia de a utiliza conceptul de „inteligenţă digitală", respectiv definirea unui set de abilităţi necesare pentru a face faţă provocărilor lumii digitalizate, incluzând competenţele digitale. Sunt considerate trei nivele în educarea DQ: (1) cetăţenia digitală – capacitatea de a utiliza tehnologia în mod responsabil şi în siguranţă; (2) creativitatea digitală – abilitatea de a participa la eco-sistemul digital prin crearea de nou conţinut şi transformarea ideilor în realitate cu ajutorul tehnologiei; (3) antreprenoriatul digital – capacitatea de a utiliza tehnologia pentru a rezolva problemele globale şi a crea noi oportunităţi (DQ Institute, 2017).

Figura 1. Componentele Inteligenţei Digitale (DQ)



IDENTITATEA digitală: capacitatea de a-şi forma identitatea off-line şi on-line
RESPECT PENTRU TINE ÎNSUŢI

UTILIZAREA tehnologiei digitale: abilitatea de a folosi tehnologia în mod echilibrat, sănătos şi civic.
RESPECT PENTRU TIMP ŞI MEDIU

SIGURANŢA digitală: capacitatea de a înţeege şi gestiona diversele riscuri online prin utilizarea sigură, responsabilă şi etică a tehnologiei.
RESPECT PENTRU VIAŢĂ

SECURITATEA digitală: abilitatea de a detecta şi evita ameninţările la siguranţa datelor, aparatelor, reţelelor şi sistemelor.
RESPECTUL PROPRIETĂŢII

INTELIGENŢA EMOŢIONALĂ digitală: capacitatea de a exprima şi recunoaşte emoţi în interacţiunile intra şi inter-personale.
RESPECT PENTRU CEILALŢI

COMUNICAREA digitală: capacitatea de a comunica şi colabora cu ceilalţi utilizând tehnologia.
RESPECT PENTRU REPUTAŢIE ŞI RELAŢII

COMPETENŢE digitale: abilitatea de a găsi, citi, evalua, sintetiza, crea, adapta şi distribui informaţii, media şi tehnologie.
RESPECT PENTRU CUNOAŞTERE

DREPTURI digitale: abilitatea de a înţelege şi respecta drepturile omului şi legile în utilizarea tehnologiei.
RESPECTUL DREPTURILOR

Constatăm că între cele opt dimensiuni care definesc inteligenţa digitală, o mare parte dintre ele sunt deja abordate transversal în şcoală de către profesorii consilieri şcolari, care prin natura curriculumului şi formării lor sunt focusaţi pe dezvoltarea la elevi a „abilităţilor soft” („*soft skills*”) (Doyle, 2020), respectiv acele aptitudini non-tehnice, căutate pe piaţa muncii deoarece sunt transferabile şi asigură mai mare succes în activitate. Principalele abilităţi *soft* sunt considerate: atributele personale şi de personalitate care definesc modul în care o persoană comunică şi relaţionează cu ceilalţi, se adaptează, colaborează, gândeşte creativ, are dezvoltate abilităţi de management al timpului, rezolvare a problemelor, gândire critică sau rezolvarea conflictelor (Doyle, 2020). De aceea, „saltul” la a se implica activ în a promova siguranţa online şi dezvoltarea elevilor pe baza celor opt arii incluse în ceea ce a fost denumit „inteligenţa digitală” („Digital Quotient” (DQ)) (Park, 2019) este mic, deoarece toate cele opt arii cuprinse în inteligenţa digitală sunt doar prelungiri în mediul digital a ceea ce profesorii consilieri şcolari deja fac.

În aceste condiţii, dată fiind pregătirea anterioară şi formarea academică a tuturor profesorilor consilieri şcolari (absolvenţi ai facultăţilor de psihologie, sociologie sau pedagogie) a aborda astfel de teme legate de „viaţa în mediul virtual” cu elevii, devine doar o prelungire a activităţilor pe care oricum le desfăşurau. Tematici precum formarea identităţii, educaţia pentru o viaţă sănătoasă, managementul timpului, al emoţiilor, al conflictelor, capacitatea de comunicare asertivă, de gândire critică şi implicare civică, prevenirea comportamentelor de risc, sunt doar câteva exemple de teme pe care profesorii consilieri şcolari le abordează în activităţile lor curente de consiliere, cu clasele, grupurile sau indivizii. De aceea, analizând ariile vizate de dezvoltarea inteligenţei digitale (DQ) considerăm, o dată în plus, că această categorie de profesori este cea mai pregătită să adreseze la nivelul şcolii, cu elevii, părinţii şi profesorii temele legate de siguranţa online şi competenţele digitale, în sensul formării unei atitudini de deschidere din partea tuturor acestor actori educaţionali pentru învăţare continuă şi spre a-şi educa propriile competenţe digitale.

Bibliografie:

1. Coffey, G., (2012). Literacy and Technology: Integrating Technology with Small Group, Peer-led Discussions of Literature, în International Electronic Journal of Elementary Education, 2012, 4(2), 395-405. Online: https://eric.ed.gov/?id=EJ1068622
2. Doyle, A., (2020) What are Soft Skills. DefinitionandExamples of Soft Skills, online: https://www.thebalancecareers.com/what-are-soft-skills-2060852
3. Ducu, C., (2018). Integrareatehnologiei în sistemuleducaţionalromânesc. Realizatîncadrulproiectului EDUPOL, de Asociaţia Centrul Syene pentru Educaţie, Asociaţia pentru Promovarea Economiei Cunoasterii, online:https://syene.ro/wpcontent/uploads/2019/Raport_EduTech.pdf

DQ Institute, (2017). White Paper: Digital Intelligence (DQ). A conceptual Framework &Methodology for Teachingand Measuring Digital Citizenship, online: https://www.dqinstitute.org/wp-content/uploads/2017/08/DQ-Framework-White-Paper-Ver1-31Aug17.pdf

4. Heckman R., Annabi H. (2017). *A Content AnalyticComparison of Learning Processes in Online and Face-to-Face Case Study Discussion, in Journal of Computer-Mediated Communication*, Volume 10, Issue 2, 1 January 2005, retrieved from:https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2005.tb00244.x, publicat în July 2017
5. Kesser, H., Ozdamli, F., (2012). What are the trends in collaborative learning studies in 21st century, în Procedia - Social and Behavioral Sciences 46 (2012) 157 – 161, online: DOI: 10.1016/j.sbspro.2012.05.086
6. Marinescu, V., (2017). Teaching Area Studies through Two Different On-line Platforms, în BRAIN – Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience, vol. 8, nr.3, online: https://www.edusoft.ro/brain/index.php/brain/article/view/707
7. Park, Y., (ed.), (2019). DQ Global Standards Report 2019. Common Framework for Digital Literacy, SkillsandReadiness, online: https://www.dqinstitute.org/dq-framework
8. Tutkun, O.F., (2011). Internet access, use and sharing levels among students during the teaching-learning process, în Turkish Online Journal of Educational Technology,10(3):152-160,online: https://www.researchgate.net/publication/288349346_Internet_access_use_and_sharing_levels_among_students_during_the_teaching-learning_process
9. Weizs, A., (2019). PositiveEffects of Technology on Education: Make a Bigger Impact, online: https://verbit.ai/positive-effects-of-technology-on-education-make-a-bigger-impact/
10. Yazon, A.D., Ang-Manaig, K., Buama, C.A.C., Tesoro J.F.B., (2019). Digital Literacy, Digital Competence and Research Productivity of Educators, în Universal Journal of Educational Research 7(8): 1734-1743, 2019, online: DOI: 10.13189/ujer.2019.070812

STUDIUUL PRIVIND PERCEPȚIA ELEVILOR, PĂRINȚILOR ȘI A PROFESORILOR ASUPRA ACTIVITĂȚILOR ZILNICE ÎN PERIOADA DE AUTOIZOLARE – ISMB-CMBRAE, MAI 2020

STĂNCULESCU FLORINA AURELIA, PROF CONSILIER ȘCOLAR, DIRECTOR CMBRAE (CENTRUL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ)
FLOREA ROBERT FLORIN, PROF CONSILIER ȘCOLAR, COORDONATOR CMBAP (CENTRUL MUNICIPIULUI BUCUREȘTI DE ASISTENȚĂ PSIHOPEDAGOGICĂ)

Contextul inedit, uneori, poate chiar cu accente insolite ale existenţei fiecăruia dintre noi, generat de condiţiile particulare ale instalării şi desfăşurării unei realităţi epidemiologice precum cea a unei pandemii, poate să determine acomodări, restructurări sau dimpotrivă conduite dificile ori dezadaptative ale oamenilor. Înţelegând faptul că schimbările determinate de această nouă situaţie vor avea implicit efecte asupra actorilor spaţiului educaţional şi fiind preocupate de identificarea corectă a măsurilor de intervenţie ce vor fi necesare în perioada post-pandemie, două instituţii, Inspectoratul Şcolar al Municipiului Bucureşti (ISMB) şi Centrul Municipiului Bucureşti de Resurse şi Asistenţă Educaţională (CMBRAE), în perioada 1-15 mai, au iniţiat şi au desfăşurat un studiu care investighează percepţia elevilor, a părinţilor şi a profesorilor asupra activităţilor zilnice în perioada de autoizolare.

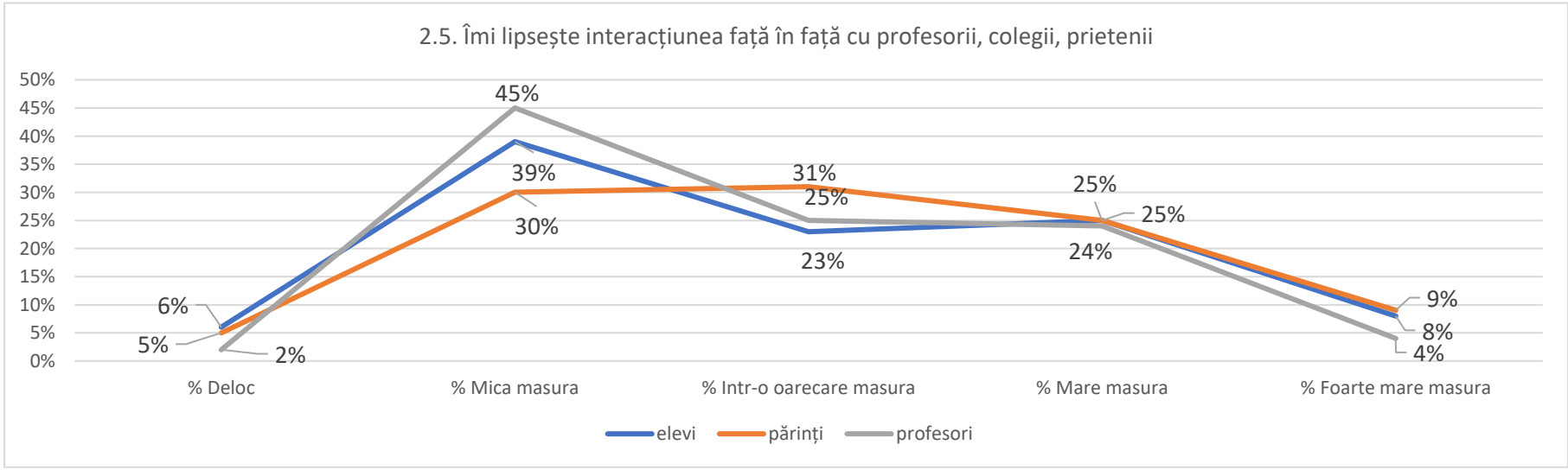
Studiul şi-a propus, fără exigenţe sau pretenţii de a investiga, chiar şi într-o manieră cvasi-exhaustivă, câteva dimensiuni psihosociale ale vieţii de zi cu zi în perioada stării de urgenţă instituită în conformitate cu legislaţia în vigoare în România. Evident, grupurile ţintă ale acestui studiu se referă doar la copiii/ elevii, părinţii şi profesorii din municipiul Bucureşti. Având în vedere că sistemul de educaţie a fost în egală măsură afectat de o realitate epidemiologică pe care aproape toate domeniile vieţii socio-economice au resimtit-o, studiul nostru a încercat să surprindă câteva dintre formele de manifestare ale atitudinilor, comportamentelor celor trei categorii de respondenţi în raport cu particularitatea unei astfel de perioade. Mijloacele extrem de modeste de realizare ale unui astfel de demers de investigare psihosocială am încercat să le compensăm sau poate să le dublăm prin cele mai bune intenţii şi printr-un demers al cărui ingredient principal a fost buna credinţă că, în acest mod, este oferit un suport epistemic pentru cercetări mai vaste şi mai complexe în viitor.

Rezultatele studiului se bazează pe răspunsurile a **33.505** elevi din clasele III-XII, **34.791** părinţi şi **4.505** profesori. În cadrul studiului, au fost elaborate trei tipuri de chestionare, câte unul pentru fiecare categorie de respondenţi. Chestionarele adresate elevilor şi cele adresate părinţilor conţin itemi asemănători, construiţi în oglindă. Prin răspunsurile oferite de părinţi se verifică măsura în care aceştia au fost conectaţi şi atenţi la gândurile, emoţiile, activităţile copiilor. Chestionarul adresat cadrelor didactice conţine o serie de itemi distincţi care investighează, alături de gândurile şi emoţiile din această perioadă, nivelul de confort resimţit în activitatea de planificare, proiectare şi de realizare a activităţilor de învăţare în mediul on-line destinate elevilor, precum şi atitudinea în raport cu acest nou mediu de învăţare.

Studiul integral poate fi vizualizat la adresa http://www.cmbrae.ro/2017/wp-content/uploads/2020/06/Raport_studiu_ISMB_CMBRAE_context_pandemie_2020-1.pdf

În urma analizei răspunsurilor la prima întrebare din cadrul chestionarului administrat ***În ce măsură consideri că te-ai adaptat condiţiilor din această perioadă?***, observăm faptul că adulţii, într-o proporţie mai mare decât copiii, consideră că s-au adaptat acestei perioade. Astfel, 46% dintre profesori şi 43% dintre părinţi consideră că *în mare* şi *în foarte mare măsură* s-au adaptat acestor condiţii, în timp ce un procent de 39% dintre copii afirmă această stare de fapt. În acelaşi timp, remarcăm un procent semnificativ la nivelul celor trei categorii de respondenţi care afirmă faptul că adaptarea lor s-a produs *într-o oarecare masură* (42% dintre copii, 41% dintre părinţi şi 36% dintre profesori). Aceste ponderi pot sugera un anumit grad de indecizie, în raport cu propria capacitate de adaptare la o situaţie inedită şi a cărei încărcătură cu incertitudini, este suficient de mare încât să se conserve într-o zonă posibil, disonantă, putând indica astfel o etapă încă incipientă a construcţiei unui comportament care să conţină ingredientele dinamice ale adecvării psihorelaţionale, în raport cu acest tip de context.

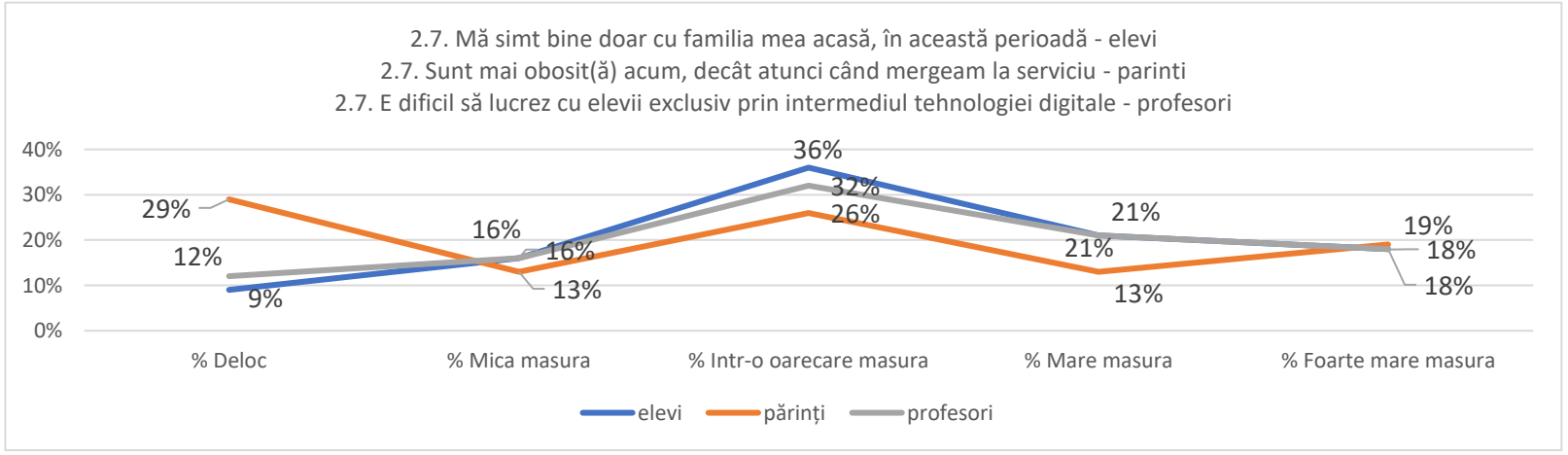
A doua întrebare explorează posibile gânduri ale respondenţilor în această perioadă (***În ce măsură ai sau ai avut gânduri precum de cele de mai jos, în această perioadă?***). Din registrul *gândurilor*, care au putut să constituie un stimul pentru un eventual demers reflexiv din partea respondenţilor, atrage atenţia distribuţia ponderilor răspunsurilor colectate de la profesori cu privire la enunţul *îmi lipseşte interacţiunea faţă în faţă cu profesorii, colegii, prietenii.* Astfel, pentru 33% dintre elevi, în foarte mare şi mare măsură acest gând este prezent, însă pentru 45% dintre ei acelaşi gând este prezent doar în *mica măsură* sau *deloc.* Pentru 34% dintre părinţi, în *foarte mare şi mare măsură* acest gând este prezent, în timp ce, pentru 35% dintre ei acelaşi gând este prezent doar în *mica măsură* sau *deloc. Pentru 28% dintre profesori,* în *foarte mare şi în mare măsură* acest gând este prezent, în timp ce, pentru 47% dintre ei acelaşi gând este prezent doar în *mica măsură* sau *deloc.*



Absenţa interacţiunii cu profesorii, colegii, prietenii este resimţită cu o mai mare intensitate de către părinţi (34%) şi elevi (33%) în raport cu profesorii (28%). În acelaşi timp atrage atenţia faptul că *în mică măsură* sau *deloc,* interacţiunea cu celelalte persoane (elevi, colegi) este investită de către **profesori** cu o semnificaţie oarecum marginală (47%). Având în vedere natura şi semnificaţia socială a profesiei, procentele obţinute la răspunsurile furnizate de această categorie de respondenţi ar putea oferi o imagine relativ neechivocă, capabilă să suscite o reflecţie analitică cu privire la vulnerabilităţile sistemice ale spaţiului educational, în general, şi ale climatului şcolar, în particular, împreună cu acele variabile care compun ingredientele funcţionale ale acestui domeniu de activitate. Ponderea, credem consistentă a răspunsurilor profesorilor (47%), care afirmă că, practic, nu au resimţit necesitatea interacţiunii nemediată de contribuţia tehnologică cu actorii direcţi ai spaţiului şcolar şi ai actului educaţional, ar putea să indice alteritatea epistemică şi vocaţională a asumării exerciţiului profesiei, ca variabilă individuală, poate chiar o expresie a unei plonjări în interstiţiile unui soi de "oboseală" şi demotivare sistemică, ca variabilă integratoare la nivel de comunitate profesională.

Al treilea item din chestionar (***În această perioadă, oamenii au trăit diverse stări emoţionale. În ce măsură le-ai trăit şi tu?***) încearcă să surprindă câteva paliere emoţionale parcurse în această perioadă. Astfel, se observă o concentrare a răspunsurilor mai degrabă într-o zonă mediană a spectrului opţiunilor investigate, o posibilă explicaţie putând fi oferită de circumstanţele inedite ale acestei perioade, pentru care nu există un element referenţial asimilabil unei experienţe trăite la o scară asemănătoare. Starea de *bucurie* şi de *relaxare* este percepută în mare şi în foarte mare măsură de către cele trei categorii de respondenţi (aprox. 40%). În acelasi timp, în procente situate în jurul valorii de 40%, stări precum *confuzie, nerăbdare, teamă, furie, tristeţe, îngrijorare, nemulţumire şi nervozitate* sunt resimţite în mare şi în foarte mare măsură de către elevi, părinţi şi profesori. Totodată, remarcăm faptul că *plictiseala* a fost resimţită cu o intensitate scăzută de către părinţi şi profesori.

În această perioadă, aproximativ jumătate dintre cele trei categorii de respondenţi declară că nu au trăit sentimentul de *singurătate (41% elevi, 56% părinţi, 48% profesori),* aspect care se corelează cu starea de bine declarată de către respondenţi chiar şi în condiţiile desfăşurării activităţilor profesionale/şcolare de acasă.



La nivelul întrebării numărul patru (***O mare provocare a acestei perioade este aceea de organizare a programului zilnic. În ce măsură afirmaţiile de mai jos sunt valabile şi pentru tine? / În ce măsură afirmaţiile de mai jos sunt valabile şi pentru copilul/ copiii dvs***.), nu sunt înregistrate discrepanţe semnificative privind răspunsurile acordate de către elevi şi părinţi, conservându-se un echilibru relativ reflectat în ponderile obţinute pentru fiecare variantă de răspuns.

Îmi organizez singur(ă) programul zilnic/ Îşi organizează singur(ă) programul zilnic – 37% dintre elevi şi 40% dintre părinţi consideră că *în mare* şi *în foarte mare măsură* programul zilnic este subsumat unui efort de organizare în această perioadă. Privită global, această problematică, ar putea să conducă la concluzia că diferenţa de percepţie dintre cele două categorii de respondenţi este relativ nesemnificativă, însă atunci când atenţia este îndreptată către nuanţele conţinute la nivel procentual, se poate observa că în timp ce 24% dintre elevi consideră că programul zilnic este circumscris unui demers de organizare *în mare măsură*, doar 17% dintre părinţi afirmă acest fapt despre aceeaşi realitate reflectată de acţiunile propriilor copii. Totodată, 13% dintre elevi declară că *în foarte mare măsură*, programul zilnic are la bază un efort de organizare, în timp ce 23% dintre părinţi percep acest efort depus de către copii în vederea organizării programului, ca fiind identificabil *în foarte mare măsură*.

Activităţile de învăţare on-line reprezintă un factor în procesul de organizare a programului zilnic *în mare* şi *în foarte mare măsură* pentru 39% dintre elevi şi 34% dintre părinţi, în timp ce în ponderi relativ asemănătoare, pentru 34% elevi şi 35% părinţi, acest factor nu constituie un element esenţial în demersul de planificare a activităţilor zilnice.

Adesea, am senzaţia că pierd timpul (elevi)*/ Adesea, am senzaţia că pierde timpul* (părinţi) – 38% dintre elevi afirmă faptul că *în mare şi în foarte mare măsură* timpul este utilizat în mod ineficient, iar procente relativ asemănătoare, de 37% dintre ei, afirmă că în această perioadă, nu au avut decât cel mult *în mică măsură* senzaţia pierderii timpului.

Pe baza analizei răspunsurilor elevilor şi părinţilor rezultă că, atât în opinia unora, cât şi a celorlalţi, există un nivel scăzut de concentrare în această perioadă. 22% dintre elevi şi 26% dintre părinţi afirmă că în această perioadă capacitatea de concentrare este în foarte mare măsură afectată. De asemenea, elevii sunt uşor de distras de la sarcinile şcolare, după cum consideră părinţii. Elevii, la rândul lor recunosc şi ei acest lucru, fapt concretizat într-o lipsă a concentrării atenţiei şi a resurselor psihoindividuale în raport cu demersurile aferente sarcinilor de învăţare.

Aproape jumătate dintre părinţi (46%), cât şi un procent semnificativ dintre elevii respondenţi (41%) exprimă o opinia favorabilă cu privire la existenţa unui program de lucru alocat sarcinilor şcolare, în mod explicit, pe parcursul unei zile. Opiniile elevilor şi ale părinţilor sunt convergente în ceea ce priveşte necesitatea managementului timpului, a organizării unui program de lucru coerent, pentru o bună funcţionare în această perioadă.

Printre activităţile desfăşurate în această perioadă despre care elevii afirmă că le-au facilitat *în mare măsură* şi *în foarte mare măsură* instalarea stării de bine, se pot identifica următoarele (ierarhizate):

- Am discutat cu părinţii mei despre ceea ce se întâmplă în ţară şi în lume (42%)
- M-am informat cu privire la măsurile de (auto)protecţie (39%)
- Am comunicat cu colegii şi cu prietenii (38%)
- Am desfăşurat activităţi în împreună cu familia mea (38%)
- Am făcut sport în spaţiul locuinţei (37%)
- Am citit ceea ce-mi doream (36%)
- Am participat la activităţi de învăţare on-line alături de colegii mei (35%)
- Am văzut filme (31%)
- Am ascultat muzică (30%)
- Am jucat jocuri on-line (28%)

La rândul lor, printre activităţile preferate de către părinţi, într-o mare măsură şi într-o foarte mare măsură pentru asigurarea stării de bine se află următoarele:

- Am comunicat cu colegii şi cu prietenii (41%)
- Am discutat cu familia mea şi cu prietenii despre ceea ce se întâmplă în ţară şi în lume (40%)
- Am citit ceea ce-mi doream (40%)
- Am văzut filme (40%)
- Am ascultat muzică (40%)
- M-am informat cu privire la măsurile de (auto)protecţie (35%)
- Am făcut sport în spaţiul locuinţei (39%)
- Am desfăşurat activităţi în împreună cu familia mea (37%)
- Am sprijinit copilul în desfăşurarea activităţilor de învăţare on-line (36%)
- Am jucat jocuri on-line (25%)

La acest item, cifrele indică într-un mod cert preocuparea atât a elevilor, cât şi a părinţilor pentru activităţi de informare, activităţi de socializare cu prietenii/ familia, cât şi activităţi de petrecere a timpului într-un mod cât mai plăcut.

În acelaşi timp, la nivelul populaţiei de elevi investigată, 37% dintre ei declară, că *într-o mică măsură* au *participat la activităţi de învăţare on-line alături de colegii* lor, iar 22% dintre ei afirmă că participarea la acest tip de activitate s-a realizat *într-o oarecare măsură*. Se poate observa diferenţa semnificativă dintre aceştia şi elevii care au participat *în mare măsură* (25%) şi *în foarte mare măsură* (10%) *la activităţi de învăţare on-line.*

La un item precum ***Activităţile de învăţare on-line, organizate în această perioadă, au fost: /Cred că pentru copilul/copiii meu/mei, activităţile de învăţare on-line, organizate în această perioadă, au fost:***, una dintre concluzii este aceea că activităţile de învăţare on-line au fost apreciate *în mare* şi *în foarte măsură* de către o parte semnificativă dintre elevi, ca fiind bine organizate, utile, interesante, dar şi obositoare. Procentul elevilor care au această părere se corelează vizibil cu opiniile părinţilor, aşa cum sunt ele exprimate în tabelul de mai jos:

Variante de răspuns	Elevi	Părinți
Interesante	38%	39%
Obositoare	40%	38%
Utile	39%	38%
Bine organizate	40%	39%
Mai solicitante decât activitățile desfășurate la școală	35%	37%
O bună ocazie pentru utilizarea tehnologiei digitale (internet, aplicații, laptop, tabletă, smartphone etc.)	35%	38%
Prilej pentru a descoperi lucruri noi despre mine	35%	37%

Atrag atenţia opiniile elevilor şi ale părinţilor care plasează beneficiile activităţilor de învăţare on-line, organizate în această perioadă într-o zonă mediană, prin alegerea în procente destul de mari a variantei de răspuns “într-o oarecare măsură”.

În cadrul chestionarului s-a încercat şi o investigare a opiniilor celor trei categorii de respondenţi cu privire la atractivitatea interacţiunii online dintre elevi şi profesori, atractivitatea activităţilor de învăţare în mediul online sau la capacitatea de autoevaluare a resurselor de acomodare a activităţii curente în raport cu exigenţele şi specificitatea lucrului în mediul online. Răspunsurile la acest item, sunt concentrate într-o proporţie semnificativă (aprox 30%) într-o zonă mediană (varianta *într-o oarecare măsură*), fapt care ar putea să sugereze o relativă indecizie a respondenţilor.

Atât elevii cât şi părinţii, în proporţie de 39%, respectiv 40%, consideră *în mare şi în foarte mare măsură* că interacţiunea online cu ceilalţi participanţi (profesori, colegi) este una plăcută. În acelaşi timp, pentru 25% dintre elevi şi 22% dintre părinţi, acest tip de interacţiune nu se bucură de aceeaşi apreciere.

În proporţii egale, 39%, elevii şi părinţii afirmă că *în mare şi în foarte mare măsură* ***profesorii au realizat activităţi de învăţare interesante în mediul on-line,*** în timp ce 28% dintre elevi şi 27% dintre părinţi susţin că această afirmaţie este *în mică măsură* sau *deloc* validă pentru ei.

37% dintre elevi declară că aşteaptă *cu nerăbdare întâlnirea cu profesorii şi colegii în cadrul orelor desfăşurate on-line;* percepţia părinţilor despre această *nerăbdare* pare să fie consonantă cu opinia exprimată de către copii; aceştia declară în procent de 38% că în mare şi foarte mare măsură copiii sunt nerăbdători să se întâlnească cu profesorii şi colegii în cadrul orelor desfăşurate on-line.

36% dintre elevi consideră *în mare şi foarte mare măsură* că ***învăţarea on-line este mai puţin prietenoasă decât învăţarea faţă în faţă***, în timp ce un procent de 37% dintre elevi sunt în *mică măsură* sau *deloc* de acord cu această afirmaţie. Se observă o distribuţie relativ echilibrată a răspunsurilor elevilor la nivelul limitelor scalei utilizate. Totodată, se observă că 37% dintre părinţi consideră că *învăţarea on-line este mai puţin prietenoasă decât învăţarea faţă în faţă,*iar 30% dintre aceştia agreează în mai mare măsură acest tip de învăţare. Se poate constata că părinţii manifestă o atitudine mai reticentă faţă de învăţarea în mediul on-line, decât copiii.
38% dintre elevi şi 39% dintre părinţi se declară *în mare* şi *în foarte mare măsură* mulţumiţi *de programul de desfăşurare a orelor în mediul on-line.*
34% dintre elevi afirmă că *în mare şi în foarte mare măsură* se simt *pregătiţi să utilizeze mijloacele oferite de tehnologia digitală (internet, aplicaţii, laptop, tabletă, smartphone etc).* În acelaşi timp, 40% din aceeaşi categorie de respondenţi susţin că în *mică măsură* sau *deloc* se simt pregătiţi pentru utilizarea tehnologiei în procesul de învătare. Percepţia părinţilor este similară cu a copiilor referitor la acomodarea la învăţarea prin intermediul tehnologiei digitale.

Atunci când vorbim despre percepţia profesorilor cu privire la organizarea ansamblului de componente ale procesului de învăţare în mediul online se constată că 41% dintre aceştia consideră *în mare* şi *în foarte mare măsură* că organizarea în această perioadă a învăţării mediate exclusiv prin mijloacele oferite de tehnologie *îi ajută pe elevi să menţină un ritm constant de învăţare.* În acelaşi context atrage atenţia şi ponderea substanţială a respondenţilor plasaţi în zona mediană (*într-o oarecare masură*) care, aparent s-au repliat într-o atitudine nehotărâtă ori reticentă în raport cu circumstanţele unei perioade în care rutinele cotidiene, în general şi cele profesionale, în mod particular au suferit modificări sau chiar restructurări evidente.
Beneficiile identificate *în mare* şi *foarte mare măsură* de către profesori referitoare la organizarea învăţării în mediul on-line se referă la *eliminarea costurilor cu distribuirea materialelor didactice* (41%) şi la *confortul oferit atât profesorilor, cât şi elevilor* (38%). În acelaşi timp, putem să observăm că pentru 25% dintre respondenţi organizarea învăţării în mediul on-line reprezintă mai degrabă un obstacol.
Folosirea tehnologiei digitale creează un mediu impersonal de învăţare spre deosebire de învăţarea faţă în faţă - 40% dintre profesori sesizează cu acuitate natura impersonală a interacţiunii prin intermediul tehnologiei digitale cu elevii, în timp ce, pentru 26% dintre aceştia calitatea interacţiunii cu elevii mediată de tehnologie nu este alterată. Şi la acest item, se remarcă procentul semnificativ al respondenţilor care se află mai degrabă în zona indeciziei (36%).
40% dintre profesori sunt de acord *în mare* şi *în foarte mare măsură* că *organizarea învăţării în mediul on-line, în această perioadă*, *implică dezvoltarea profesională şi personală prin deprinderea utilizării diverselor platforme educaţionale.* 36% dintre respondenţi par că manifestă mai curând o atitudine ambivalentă faţă de efectele în planul dezvoltării profesionale a acestui mod de organizare a învăţării, alegând varianta de răspuns *într-o oarecare măsură.*
În mare măsură şi *în foarte mare măsură* (42%), profesorii afirmă că procesul de adaptare la contextul realizării *activităţilor de învăţare în mediul on-line* a fost unul mai degrabă facil, în timp ce un procent de 40% din aceeaşi categorie de respondenţi sunt mai curând rezervaţi în raport cu evaluarea propriei capacităţi de adaptare la modalitatea de desfăşurarea a activităţilor de învăţare în acest mediu.

41% dintre profesori declară că sunt *în mare* şi *foarte mare măsură* pregătiţi să utilizeze tehnologia digitală (internet, aplicaţii, laptop, tabletă, smartphone etc) pentru învăţarea on-line. Analizând comparativ procentele obţinute la acest item pentru cele trei categorii de respondenţi se poate observa că cea mai pregătită categorie pentru utilizarea tehnologiei digitale în procesul de învăţare on-line se declară profesorii. Aparent, procentele obţinute ar putea să sugereze un echilibru relativ între o categorie generaţională denumită în literatura de specialitate ca fiind nativi digitali şi o alta ale cărei abilităţi în domeniul utilizării mediului on line au fost mai curând asimilate în raport cu exigenţe extrinseci. Pentru 43% dintre profesori interacţiunea on-line cu elevii este confortabilă *în mare* şi *foarte mare măsură*, în timp ce, un procent semnificativ de 38% dintre aceştia îşi manifestă indecizia în raport cu această ipostază a comunicării *(într-o oarecare măsură)*.
44% dintre profesori consideră *în mare* şi *în foarte mare măsură* că *au reuşit să creeze activităţi de învăţare interesante pentru elevi.* În acelaşi timp, 41% dintre respondenţi rămân în zona indeciziei în privinţa prestaţiei lor profesionale.
În timp ce 41% dintre profesori declară că sunt *în mare* şi *în foarte mare măsură* pregătiţi să utilizeze tehnologia digitală (internet, aplicaţii, laptop, tabletă, smartphone etc) pentru învăţarea on-line, un procent asemănător, de 42%, declară că *aşteaptă cu nerăbdare întâlnirea cu elevii în cadrul orelor desfăşurate on-line*.
44% dintre profesori se declară *în mare* şi *în foarte mare măsură* mulţumiţi de programul de desfăşurare a orelor în mediul on-line, iar 37% dintre aceştia manifestă în mod evident o atitudine de expectativă în raport cu această problematică.
La întrebarea din chestionar adresată doar profesorilor (***aştept cu nerăbdare întâlnirea cu elevii în cadrul orele desfăşurate faţă în faţă)***, atrage atenţia procentul de 52% obţinut la varianta de răspuns *în mică măsură*. Acest procent sugerează acelaşi tip de semnificaţii, ca şi în cazul unei întrebări anterioare din cadrul chestionarului adresată tuturor categoriilor de respondenţi (*îmi lipseşte interacţiunea faţă în faţă cu profesorii, colegii, prietenii),* la care 45% dintre profesori au declarat că *interacţiunea faţă în faţă cu profesorii, colegii, prietenii* le lipseşte în *mică măsură*.
În privinţa planificării activităţilor de învăţare on-line, o pondere de 39% dintre cadrele didactice respondente au afirmat că le comunică elevilor orarul activităţilor pentru fiecare săptămână *în mare şi în foarte mare masură,* în timp ce 30% consideră că fac acest lucru în *mică măsură*. Doar 2% dintre cadre didactice au răspuns că nu le comunică deloc elevilor orarul activităţilor săptămânale.
33% din cadrele didactice respondente s-au situat în zona mediană (varinta de răspuns *într-o oarecare măsură*) în ceea ce priveşte corespondenţa dintre planificarea duratei activităţilor on-line şi a celor faţă în faţă. 29% dintre respondenţi au afirmat că durata activităţilor planificate on-line este mai mică decât cea a celor faţă în faţă.

36% dintre cadrele didactice respondente susţin că le oferă elevilor feed-back în raport cu sarcinile realizate într-o mare şi foarte mare măsură, în timp ce 37% din cadrele didactice respondente au afirmat că le oferă feed-back acestora în mică măsură sau deloc.

La întrebarea *Temele pentru acasă nu sunt mai multe sau mai complexe decât cele pe care le-aş fi dat la clasă în mod obişnuit*, 32% afirmă că *în mare şi în foarte mare măsură*, în această perioadă au conservat un mod de lucru cu elevii pe care l-au structurat de-a lungul timpului în raport cu un ansamblu de tehnici şi metode circumscrise procesului educaţional tradiţional. Totodată, 43% dintre ei, sugerează faptul că restructurează, eventual, anumite conduite profesionale în raport cu sarcinile şcolare alocate elevilor. Este posibil ca, în contextul particular al acestei perioade, o parte dintre profesori să aloce elevilor o cantitate mai mare sau mai mică, mai facilă sau mai complexă de teme având ca referenţial modelul tradiţional de realizare a procesului educaţional, în general şi a actului didactic ca element operaţional, în mod particular.

În cazul repetării experienţei autoizolarii şi a realizării învăţării la distanta, 39% dintre elevi, 44% dintre părinţi, 45% dintre profesori consideră că vor fi pregătiţi în mare şi în foarte mare măsură. În acelaşi timp, se poate observa că 36% dintre copii, 33% dintre părinţi şi 30% dintre profesori manifestă o atitudine rezervată în raport cu autoevaluarea propriei capacităţi de adaptare în condiţiile repetării unei experienţe ale cărei "ingrediente" ar fi asemănătoare.

În urma analizei rezultatelor obţinute din acest studio, putem concluziona că este necesară iniţierea şi realizarea unor programe de dezvoltare personală adresate în egală măsură elevilor, părinţilor şi profesorilor, centrate pe problematici precum: managementul situaţiilor de criză, managementul emoţiilor, managementul timpului. În acelaşi timp, reise şi necesitatea realizării unor programe specifice adresate cadrelor didactice, de formare şi dezvoltare profesională privind abilităţile de utilizare a platformelor de învăţare on-line şi de creare şi dezvoltare a conţinuturilor învăţării în mediul digital.

STUDIUL PRIVIND OPȚIUNILE ȘCOLARE ȘI PROFESIONALE ALE ELEVILOR DIN CLASELE A-VIII-A 2020

COLECTIVUL DE REDACȚIE

În anul şcolar 2020-2021, CMBRAE a realizat studiul privind opţiunile şcolare ale elevilor din clasele a VIII-a, pentru întreaga populaţie şcolară aflată

la finalul ciclului gimnazial, cu implicarea profesorilor consiglieri şcolari din municipiul Bucureşti, prin intermediul platformei educaţionale online AMN Insight.

Studiul s-a realizat în perioada 28 octombrie- 11 noiembrie 2020.

În vederea aplicării prevederilor OMEC 5599/2020 - Metodologia privind fundamentarea cifrei de şcolarizare pentru învăţământul preuniversitar de stat, pentru anul şcolar 2021-2022, art 6. Pentru fundamentarea proiectului planului de şcolarizare pentru învăţământul profesional şi liceal, în cadrul criteriului relevanţei - conform căruia educaţia răspunde nevoilor de dezvoltare socioeconomică - se vor urmări: 1. investigarea necesarului de specializări solicitat pentru şcolarizare în învăţământul liceal, filiera teoretică, care să ofere acces pe piaţa muncii sau în învăţământul superior, CMBRAE a elaborat un chestionar dedicat investigării opţiunilor şcolare şi profesionale ale elevilor din clasele a VIII-a.

AMN Assessment RO a încărcat în luna octombrie 2020 chestionarul în platforma educaţională online AMN Insight.

În lunile octombrie şi noiembrie, profesorii consilieri şcolari au aplicat chestionarul elevilor din clasele a VIII-a, activitatea desfăşurându-se exclusiv în mediul online.

Aplicarea chestionarului s-a realizat prin intermediul profesorilor consilieri şcolari. Având în vedere faptul că aceştia nu îşi desfăşoară activitatea în toate unităţile de învăţământ cu nivel gimnazial, din numărul total de 11.729 elevi înscrişi în clasele a VIII-a la nivelul reţelei şcolare din municipiul Bucureşti, au fost introduşi in platforma în scopul testării un număr de 10.901 elevi.

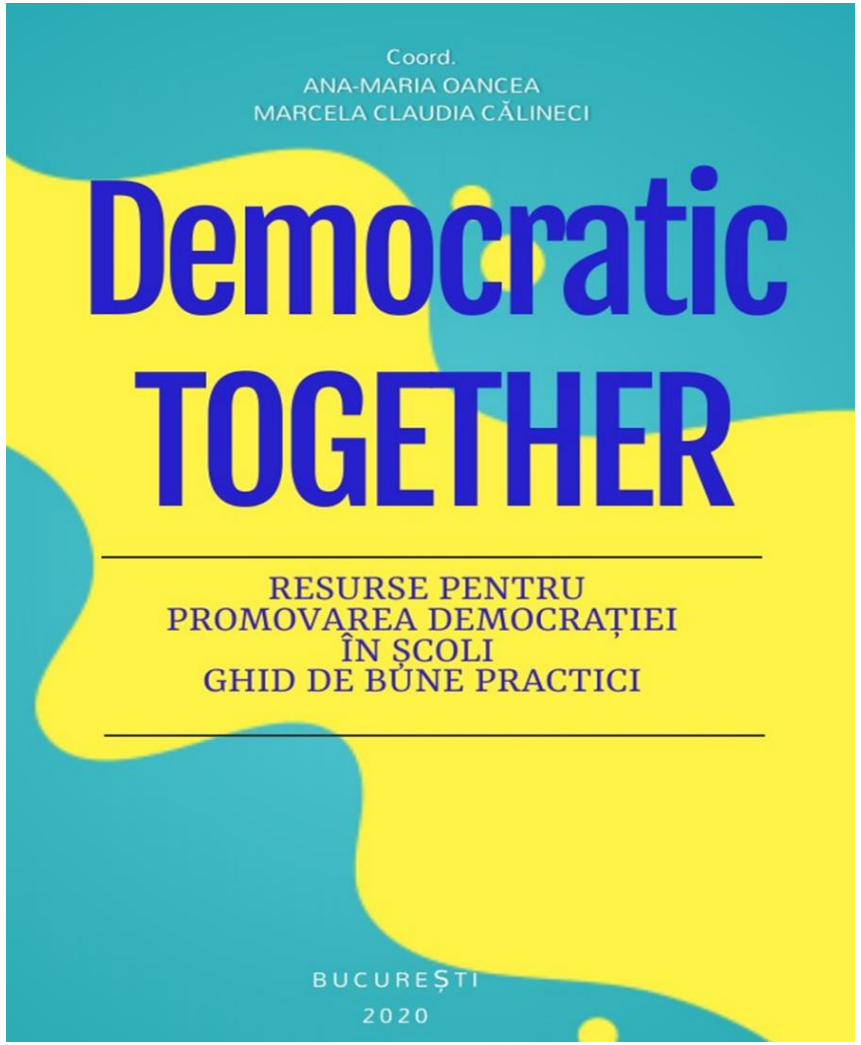
În perioada de aplicare a chestionarului privind opţiunile şcolare la finalul clasei a VIII-a, 2818 elevi nu au participat la realizarea studiului din diverse motive.

În aceste condiţii, studiul privind orientarea şcolară şi profesională a elevilor din clasele a VIII-a a fost realizat în urma investigării opţiunilor unui număr de 8.083 elevi (74,15% din totalul populatiei şcolare din clasele a VIII-a).

Obiectivele studiului

1. Identificarea opţiunilor şcolare ale elevilor, după finalizarea clasei a VIII-a;
2. Identificarea distribuţiei opţiunilor şcolare ale elevilor pentru licee, filiere, profiluri şi specializări;
3. Identificarea domeniilor de activitate în care elevii claselor a VIII-a şi-ar dori să lucreze în viitor;
4. Stabilirea motivelor care stau la baza opţiunilor şcolare exprimate;
5. Ierarhizarea opţiunilor elevilor pentru liceele pe care şi-ar dori să le urmeze dupa finalizarea clasei a VIII-a;
6. Evidenţierea modalităţilor prin care şcoala şi familia pot oferi sprijin elevilor şi părinţilor acestora în procesul de orientare şcolară şi profesională;
7. Identificarea aspiraţiilor elevilor privind viitoarea lor carieră;
8. Determinarea factorilor care îi pot conduce pe elevi la obţinerea performanţelor şcolare;
9. Analiza nivelului de motivaţie a elevilor cu privire la parcurgerea unui anumit traseu educaţional şi profesional după absolvirea clasei a VIII-a, respectiv după absolvirea liceului.

Detalii, aici: STUDIU OSP



CMBRAE a desfăşurat în perioada 2018-2020 proiectul Strengthening-up civic skills for students in order to promote diversity and tolerance in school, DEMOCRATIC TOGETHER, 2018-EY-PMIP-R1-0019, proiect finanţat prin Programul EDUCATION, SCHOLARSHIPS, APPRENTICESHIPS AND YOUTH ENTREPRENEURSHIP PROGRAMME IN ROMANIA- EEA GRANTS, 2014-2021.

În cadrul acestui proiect a fost elaborat un GHID DE BUNE PRACTICI. RESURSE PENTRU PROMOVAREA DEMOCRAȚIEI ÎN ȘCOALĂ care îşi propune să reprezinte o importantă oportunitate pentru dezvoltare, utilă consilierilor şcolari ce doresc să iniţieze şi să practice activităţi eficiente de promovare a diversităţii în procesul educaţiei, de respectare a drepturilor omului şi de cetăţenie democratică.

Ideea în jurul căreia s-a dezvoltat acest ghid este aceea că profesorul consilier şcolar, ca agent al schimbării poate influenţa semnificativ mentalitatea şi comportamentele întregii comunităţi, în sensul dezvoltării unor atitudini pro-sociale, a toleranţei şi încrederii, acceptării şi celebrării diversităţii umane.

Ghidul este rezultatul activităţilor desfăşurate a peste 24 de profesori consilieri şcolari ai CMBRAE în cadrul proiectului european Strenghtening-up civic skills for students in order to promote diversity and tolerance in school şi reprezintă rezultatul final al acestui proiect.

Mai multe detalii, aici Democratic Together

PROIECTELE MERG MAI DEPARTE!

PROFESORI CONSILIERI ŞCOLARI: MARCELA CLAUDIA CĂLINECI, ANA MARIA OANCEA, AURELIA STĂNCULESCU, ROBERT FLOREA, LUMINIŢA MITROFAN

DEMOCRATIC

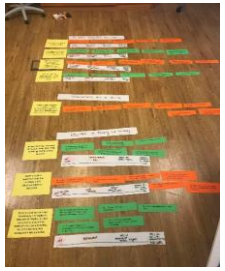
TOGETHER

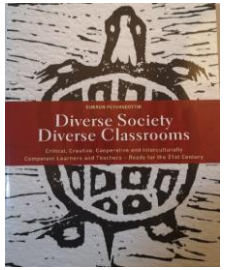
Strenghtening-up civic skills for students in order to promote diversity and tolerance in school

1 Septembrie 2018

31 August 2020

Iceland Liechtenstein Norway grants





Prin desfăşurarea celor două mobilităţi, la The European Wergeland Centre (EWC) din Norvegia (Building Democratic School Cultures- Training and study visit for school counsellors as Teacher Trainers"- Oslo, Norway/ 5-10 Octombrie, 2018) şi Centrul Intercultural Iceland (ICI) din Islanda ("Diverse Society- Diverse Classroom Student's diversity benefitting social diversity. Special focus on key competences and cooperative learning in multicultural/ diverse groups"- Borgarnes, Iceland/ 11-17 Noiembrie 2018) cei 9 experţi beneficiari din cadrul CMBRAE şi-au format abilităţi de organizare şi implementare a unor proiecte educaţionale axate pe tema sporirii egalităţii/ echităţii de şanse, creşterii toleranţei, prevenirii discriminării şi dezvoltării incluziunii şcolare.

După implementarea activităţilor, s-au cules 24 activităţi de bune-practici care s-au constituit într-un ***Ghid de bune practici***, resursă de peste 80 pagini, cu activităţi, scenarii didactice, postere/workshop-uri ce pot fi dezvoltate în orice şcoală din România care doreşte să implementeze programe de prevenirea discriminării copiilor vulnerabili, dar şi să dezvolte o cultură organizaţională bazată oe competenţe interculturale. Şcoală de vară de 2 zile (on-line) numită "Democratic schools and learning diversity through active learning and counselling" s-a desfăşurat în perioada 29-30 Iunie 2020, la care au participat peste 100 participanţi. De asemenea, s-a organizat Conferinţa finală pe data de 1 Iulie 2020, cu participanţi din CMBRAE, dar şi din alte CJRAE-uri din ţară, cu peste 90 participanţi.

Diseminarea proiectului s-a realizat prin canale, precum:

- cele 6 grupuri de e-mail ale CMBRAE
- website-ul CMBRAE
- 4 întâlniri în plenul reţelei CMBRAE cu peste 200 consilieri şcolari
- întâlniri metodice la nivelul celor 6 sectoare cu activităţi realizate

Prezentarea proiectului, susţinută de Marcela Claudia Călineci în lucrarea "Creativitate, resursă în criză" la Conferinţa internaţională „Asigurarea egalităţii de şanse prin management educaţional şi servicii de asistenţă psihopedagogică în contextul distanţării sociale", cu specialişti din ţară şi din străinătate, desfăşurată on-line de CJRAE Arad, 12-14 Iunie 2020.

- pagina de Facebook a proiectului: https://www.facebook.com/pages/category/Personal-Blog/Democratic-Together-605663966581306/.

Feedback-urile obţinute de la beneficiarii proiectelor educaţionale, şcolile şi liceele implicate, prezentate în cadrul Conferinţei finale 1 Iulie 2020 au arătat că acest proiect a îmbunătăţit semnificativ percepţia actorilor educaţionali despre diversitate, incluziune, şanse egale. Prin implicarea elevilor, a părinţilor şi a comunităţii s-a obţinut o comunitate integratoare pentru diversitatea şcolară. Unităţile de învăţământ au precizat diminuarea fenomenului bullying, creşterea gradului de incluziune prin scăderea conflictelor legate de discriminare, formarea/ consolidarea de competenţe pentru cadrele didactice, promovarea şi practicarea unor elemente de parenting eficace pentru părinţii din comunitate.

JOBLAND Teaching skills and resources for improving career learning at schools
1 Octombrie 2018 -31 August 2021

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Ca lider de proiect, CMBRAE (RO) organizează activităţi on-line şi motivează echipa celor 9 parteneri de proiect: ISE/ CNPEE (Centrul Naţional pentru Politici şi Evaluare în Educaţie) (RO), Universitatea din Florenta (IT), Centro Studi Pluriversum (IT), Maniago Institute (IT), VIA University College (DK), Cascaid (UK), DEP Institut (ES), Ozel Bilkent Ortaokulu (TR) în vederea finalizării la standarde înalte de calitate a rezultatelor agreate în cadrul parteneriatului. Acestea vizează crearea setului de resurse inovatoare, în domeniul consilierii şi orientării copiilor cu vârste între 6-11 ani, pentru reducerea abandonului şcolar şi pregătirea viitoarea cariere., mai ales în contextul actual.

Cele 6 produse intelectuale (Intelectual Outputs):

1. (IO1) cercetare multinaţională despre consilierea carierei în şcoala primară
2. (IO2) curriculum pentru profesori şi practicieni, pe tema consilierii carierei la nivelul primar
3. (IO3) modele de activităţi de consiliere a carierei, inclusiv videotutoriale
4. (IO4) joc educaţional/ aplicaţie de consiliere a carierei
5. (IO5) ghid pentru profesori/ consilieri)
6. (IO6) webinar cu intervenţii online/ activităti desosebite/ workshopuri/ prezentări interactive

contribuie semnificativ la îmbunătăţirea procesului de consiliere a carierei în şcolile din Europa, prin resursele dezvoltate, într-un mod atât de vizionar, mai ales că ideea proiectului, cât şi toate activităţile au fost gândite înainte de pandemia Covid-19, declanşată la nivel mondial, la sfârşitul anului 2019.
De exemplu, filmuleţele de tip POWTOON (www.powtoon.com), exersate în cadrul proiectului pentru elaborarea modelelor de activităţi de consilierea carierei sub forma videotutorialelor au constituit un excelent mijloc de inspiraţie pentru resursele educaţionale deschise create de specialiştii CMBRAE (www.cmbrae.ro), şi nu numai, ca suport în deciziile rapide pe care a trebuit să le luăm în organizarea învăţării de acasă, dată fiind izolarea ca urmare a situaţiei cauzate de coronavirus.

Este important să precizăm şi JOBLAND DAY, webinar-ul ce cuprinde intervenţii online, derulate în acelaşi timp, ale celor 9 parteneri cu rol de diseminare şi promovare a proiectului în ţările partenere, webinar care a părut inadecvat la evaluarea proiectului, dar care acum se dovedeşte nu un experiment interesant, ci o experienţă foarte utilă a prezentului care aduce împreună flexibilitatea, adaptarea, creativitatea, noile tehnologii specifice carierelor viitorului. Proiectul Jobland vine cu o perspectivă fresh, iar impactul contextului actual responsabilizează domeniul consilierii şi orientării pentru regândire, reorganizare, resetare etc. care să motiveze actorii implicaţi la soluţii pentru reducerea abandonului şcolar timpuriu , cât şi la eficienţă şi productivitate în carieră şi învăţare.

Astfel, în aceste momente... recunoştinţă faţă de imensa oportunitate de a fi implicaţi în proiecte, noi, CMBRAE, în proiectul JOBLAND, care ne ajută să înţelegem situaţii, să ne adaptăm, să fim la fel de performanţi, să aducem energia lui împreună, a schimbării şi în alte medii de învăţare.

CAREERS AROUND ME

1 Decembrie 2019

31 Noiembrie 2021

EACEA/36/2018/ KA3 European Forward Looking Cooperation Projects in the fields of Education and Training

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

Acest proiect **Career around me**, finanţat prin European Union EACEA propune tehnologii inovative pentru orientarea şi consilierea carierei- Smart technologies for improving Career Management Skills (CMS). Scopul proiectului este de a investiga domeniul CMS, astfel încât pe baza acestuia, partenerii implicaţi să contribuie la:

1. Crearea unui cadru comun de orientare şi consiliere bazat pe Career Management Skills (CMS), conturat într-un Catalog.
2. Proiectarea, dezvoltarea şi testarea instrumentelor TIC inovatoare şi a modulelor de învăţare a carierei pentru diferite grupuri ţintă de utilizatori.

Aceste instrumente constituie resurse de învăţare pentru competenţe de managementul carierei şi suport în ceea ce priveşte modernizarea sistemelor tradiţionale de carieră.

Parteneriatul solid implică organizaţii care cooperează şi colaborează printr-o comunicare eficientă:

1. UNIVERSITY OF CAMERINO
2. CENTRO STUDI PLURIVERSUM SRL
3. CITYNET SRL
4. UNIVERSIDAD DE SANTIAGO DE COMPOSTELA
5. HOCHSCHULE DER BUNDESAGENTUR FUER ARBEIT (HdBA)
6. CENTRUL MUNICIPIULUI BUCUREŞTI DE RESURSE ŞI ASISTENŢĂ EDUCAŢIONALĂ (CMBRAE)
7. ÖSTERREICHISCHES INSTITUT FÜR BILDUNGSFORSCHUNG DER WIRTSCHAFT (IBW)
8. NARODNI VZDELAVACI FOND, O.P.S. (NVF)

Promovarea tehnologiilor inovatoare în domeniul orientării şi consilierii carierei oferă răspunsuri pentru lumea care se schimbă într-un ritm rapid. Carierele se schimbă. Oportunităţile se schimbă. De ce abilităţi avem nevoie pentru a face faţă acestei provocări? Capacitatea cetăţenilor de a gestiona complexitatea şi de a-şi gestiona propria carieră devine crucială.

Este o nouă iniţiativă de reformă a politicilor menită să-i ajute pe furnizorii de servicii de consilierea carierei mai vizibile şi mai impactante. Pentru a face acest lucru, o echipă de experţi din 6 ţări europene lucrează într-un experiment de inovare socială pentru a dezvolta resurse şi instrumente pentru promovarea abilităţilor de management al carierei (CMS).

https://www.careersproject.eu/

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

STRENGTH
STRENGTHENING THE SOCIO-EMOTIONAL COMPETENCES OF CAREER PRACTITIONERS

Scopul asumat al proiectului este să devenim mai puternici, o forţă competentă şi competitivă în ceea ce priveşte dezvoltarea abilităţilor sociale şi emoţionale ale consilierilor şcolari/ practicienilor în consilierea carierei, cu efecte pozitive asupra creşterii eficienţei serviciilor, în stabilirea unor relaţii profesionale de succes cu clienţii şi alte părţi interesate, cum ar fi: organizaţii, comunităţi locale, parteneri sociali etc.

Instituţiile partenere implicate, conduse de CMBRAE ca lider de proiect au următoarele roluri:

- ISON Psychometrica este responsabilă de elaborarea şi furnizarea programului de formare, modelului de training, focusat pe metode şi tehnici specifice de îmbunătăţire a competenţelor socio-emoţionale ale practicienilor din domeniul carierei/ consilieri şcolari.
- HdBA University of Applied Labour Studies in Mannheim coordonează elaborarea Compediu/ Toolkit de metode şi participă la activităţile proiectului, prin prezentarea de cercetări şi studii în domeniu, perspectiva contextului german.
- HAMK este implicată în producerea site-ului proiectului şi a unei platforme digitale interactive precum şi un kit pentru consilierii şcolari/ de carieră.
- Studio Risorse S.R.L. participă în mod activ în toate activităţile proiectului, evidenţiază cercetările din domeniu şi perspectiva Italiei. Organizaţia propune evaluarea proiectului, prin elaborarea/aplicarea instrumentelor de evaluare interne şi externe, la fiecare 6 luni.
- Institutul de Ştiinţe ale Educaţiei (ISE)/ CNPEE (Centrul Naţional pentru Politici şi Evaluare în Educaţie) coordonează producerea unui (self)Ghid pentru îmbunătăţirea competenţelor socio-emoţionale.
- União das Freguesias de Gondomar (S. Cosme), Valbom e Jovim (UNIAO) se implică în toate activităţile proiectului, în special activităţile pentru diseminarea rezultatelor şi activităţilor proiectului.
- NICE este organizaţia responsabilă de elaborarea Ghidului nevoilor de training ale consilierilor de carieră/ practicienilor pentru dezvoltarea abilităţilor de inteligenţă socială şi emoţională.

Produsele intelectuale (IO) sunt etapele prin care proiectul devine un program consistent de profesionalizare referitor la competenţele socio-emoţionale. Le prezentăm succint, mai jos:

- **IO1. Toolkit de metode pentru dezvoltarea/ îmbunătăţirea abilităţilor de inteligenţă socială şi emoţională pentru consilierii şcolari/de carieră** realizat ca urmare a unei **c**ercetări şi analize a definiţiilor şi factorilor inteligenţei sociale şi emoţionale, a teoriilor explicative ale inteligenţei sociale şi emoţionale, precum şi a dimensiunilor acestora, cât şi explorarea metodologiilor de training existente, a instrumentelor relevante ce pot fi adaptate.
- **IO2. Ghidul nevoilor de training al consilierilor şcolari/ de carieră pentru dezvoltarea abilităţilor socio-emoţionale** elaborat pe baza chestionarelor (cel puţin 40 participanţi/ ţară) şi a interviurilor de tip focus grup cu 5-7 consilieri şcolari/de carieră pentru fiecare partener sau alte părţi interesate.

- **IO4. Platforma online şi kit-ul cu instrumente de lucru pentru consilierii şcolari/de carieră,** creată în aşa fel încât să facă posibilă utilizarea ei prin intermediul unor dispozitive diferite. Strategiile, activităţile de învăţare, exerciţiile propuse, conţinuturile şi un instrument de evaluare sunt resurse consistente pentru dezvoltarea abilităţilor de inteligenţă socială şi emoţională.
- **IO5. Ghidul de auto-evaluare pentru competenţele socio-emoţionale** se relevă ca un ghid metodologic pentru facilitarea auto-evaluării şi dezvoltării personale şi profesionale viitoare a consilierilor şcolari/ de carieră.

Prin întâlniri on-line frecvente, feedback permanent, discuţii abordate cu deschidere, din perspectiva calităţii, interesul practicienilor pentru dezvoltare, echipa de proiect a reuşit să comunice şi să atingă obiectivele ambiţioase propuse, în ciuda provocărilor create de COVID-19.

Vizitaţi pagina proiectul ca să creştem împreună mai buni!

https://projectstrength.net/

EIPSI Evidence Informed Practice for School Inclusion
1 Octombrie 2020-31 Martie 2023 (30 luni)

EIPSI

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

EIPSI își propune să creeze un model și să experimenteze soluții inovatoare pentru profesori, consilieri școlari, directori, inspectori etc. în ceea ce privește echitatea și incluziunea elevilor prin utilizarea abordării bazate pe dovezi (EIPA). Din această perspectivă, proiectul acționează în trei domenii de intervenție: consolidarea competențelor profesorilor, dezvoltarea culturii organizaționale a școlii, construirea rețelelor dintre școli și stakeholders.

Aplicația amprentată de inovație subliniază creșterea gradului de conștientizare a diversității și incluziunii în școli, întrucât propune o nouă abordare metodologică:

- practici bazate pe dovezi (Evidence-informed practices- EIP) aplicate tematicii atât de actuale ale incluziunii școlare și vulnerabilității
- soluții digitale pentru a sprijini practicienii în vederea reducerii decalajului dintre rezultatele elevilor care învață în medii tot mai diverse

Proiectul valorifică cunoștințele și bunele practici anterioare întreprinse de cei 7 parteneri și beneficiază de abordări actuale interconectate.

Școala este elementul cheie. De aceea, fiecare partener va motiva școlile pentru participarea în proiect, respectiv cel puțin 10 școli din fiecare țară. Deși cadrele didactice nu sunt direct implicate în prima fază a proiectului, este important ca echipa de proiect să contacteze. Profilul școlilor se conturează pe diversitate și incluziune, astfel școlile selectate vor fi, mai ales din zone defavorizate, cu familii afectate de sărăcie și șomaj, părinți plecați la muncă în străinătate, familii aflate în dificultate, etnii diferite, copii cu cerințe educaționale speciale, copii în risc de abandon școlar, emigranți etc.

Aplicația amprentată de inovație subliniază creșterea gradului de conștientizare a diversității și incluziunii în școli, întrucât propune o nouă abordare metodologică:

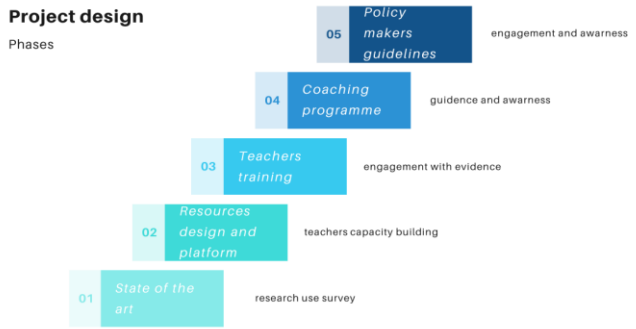
- practici bazate pe dovezi (Evidence-informed practices- EIP) aplicate tematicii atât de actuale ale incluziunii școlare și vulnerabilității
- soluții digitale pentru a sprijini practicienii în vederea reducerii decalajului dintre rezultatele elevilor care învață în medii tot mai diverse

Proiectul valorifică cunoștințele și bunele practici anterioare întreprinse de cei 7 parteneri și beneficiază de abordări actuale interconectate. Parteneriatul proiectului este format din 7 organizații din 5 țări diferite:

- Universitat Autònoma de Barcelona (Spain), lider de proiect
- Departament d'Educació (Spain)
- CMBRAE (Romania)
- University of Bucharest (Romania)
- Univeristy of Ljublijana (Slovenia)
- Durham University (United Kingdom)
- Stichting Hogeschool van Amsterdam (The Netherlands)

Proiectul are în vedere 5 produse intelectuale (IO):

1. Handbook: criterii, indicatori, standarde, bune practici bazate pe dovezi pentru incluziunea şcolară
2. Open Digital Platform (ODP): Prototip/ Model pentru practici de incluziune bazate pe dovezi (Evidence-informed practice for inclusion- EIPI)
3. Training plan pentru profesori, echipe de management ale şcolilor (school leaders) şi autorităţi publice prin Evidence-informed practice for inclusion (EIPI)
4. Dezvoltarea şcolii şi plan de coaching pentru EIPI
5. Conştientizarea parteneriatului şi a elaborării politicilor pentru EIPI



Contribuţia proiectului este majoră pentru promovarea practicilor bazate pe dovezi, ca o abordare inovatoare referitoare la diversitatea elevilor în sălile de clasă şi pentru îmbunătăţirea incluziunii şi echităţii în organizaţiile şcolare.

CONSILIEREA CARIEREI LA CICLUL PRIMAR ÎN ȚĂRILE PARTICIPANTE LA PROIECTUL ERASMUS + JOBLAND

SPERANȚA LAVINIA ȚIBU, CS II CNPEE

PROFESORI CONSILIERI ȘCOLARI: **MARCELA CLAUDIA CĂLINECI, ANA MARIA OANCEA, LUMINIȚA MITROFAN**

INTRODUCERE

JOBLAND - Teaching skills and resources for improving career learning at schools (2018-1-RO01-KA201-049235) este un proiect Erasmus+ care își propune să contribuie la îmbunătățirea activităților de **consilierea carierei la ciclul primar**, prin dezvoltarea unor **modele și resurse inovative** pentru a sprijini elevii în explorarea ocupațiilor, întărirea competențelor, creșterea aspirațiilor și lărgirea orizontului cu privire la CINE doresc să devină în viitor.

Institutul de Științe ale Educației București/ Centrul Național de Politici și Evaluare în Educație (CNPEE) este partener în acest proiect, la fel ca CMBRAE și coordonează realizarea primului produs intelectual (IO1) - definirea unui **cadru metodologic pentru realizarea activităților de consilierea carierei** în școlile partenere în proiect.

Realizarea acestui cadru metodologic s-a bazat pe concluziile unei cercetări multinaționale, realizate prin 3 sub-activități, fiecare presupunând o metodă distinctă de colectare a datelor:

desk-based research- o *analiză a consilierii carierei la ciclul primar* realizată în cele 6 țări participante în proiect (documente, politici, practici)

- o cercetare **calitativă**, pe baza metodei **focus-grup**
- o cercetare **cantitativă** pe bază de **chestionar**- aplicarea unui *chestionar online* pentru un număr de (minim) 40 de cadre didactice și/ sau consilieri școlari din ciclul primar din fiecare țară parteneră.

Prezentăm în continuare o sinteză a rezultatelor obținute în cadrul cercetării **desk-based research**, realizată pe baza rapoartelor naționale transmise de către fiecare țară parteneră Jobland. Analiza rezultatelor s-a realizat comparativ, pe țări.

REZULTATE

1. Situația curentă cu privire la părăsirea timpurie a școlii, șomaj, aspecte de gen

La nivelul parteneriatului Jobland au fost analizați anumiți indicatori care oferă informații despre contextele și particularitățile naționale, indicatori importanți pentru activitățile de consilierea carierei, precum: **părăsirea timpurie a școlii** pentru tinerii cu vârste între 18 și 24 de ani - variază de la 10,2% în Danemarca la 30% în Turcia, față de o medie a țărilor Uniunii Europene de 11% (România 16,4%); **rata șomajului** - variază între 2,5% în România și 9,9% Spania, față de o medie a țărilor Uniunii Europene de 4,4%, (Eurostat 2018). În funcție de abordarea și integrarea aspectelor legate de **egalitatea de gen,** scorurile țărilor variază între 52,4 România și 76,6 Danemarca, față de o medie a țărilor Uniunii Europene de de 66,2 (Indexul privind egalitatea de gen 2015).

2. Sistemul de consilierea carierei la ciclul primar

A fost important să înţelegem, la nivel de parteneriat, care este specificul activităţilor de consilierea carierei oferite elevilor din ciclul primar la nivelul ţărilor Jobland. Datele colectate au arătat că în **Spania** activităţile de consilierea carierei la ciclul primar depind de şcoala şi comunitatea în care învaţă copilul. În general nu există programe ample de acest tip la ciclul primar. În **România** activităţile de consilierea carierei la ciclul primar sunt incluse în curriculumul naţional pentru clasele pregătitoare, clasa I şi clasa a II-a (*Dezvoltare personală*), fiind obligatorii pentru toţi elevii de 6-8 ani. În **Danemarca** există o temă obligatorie *Educaţie şi muncă* pentru clasele 0-9, aspectele de consilierea carierei sunt incluse în toate disciplinele. În **Italia** există Recomandări la nivel naţional cu privire la consilierea şi orientarea permanentă care prevăd rolul şcolilor în oferirea serviciilor de consilierea carierei pentru elevii cu vârste între 3 şi 19 ani. Totuşi activităţile de acest fel variază, existând doar câteva iniţiative pilot, fragmentate. În **Marea Britanie** există diferite modele de *educaţie pentru carieră* în ţările din Regat (Scoţia, Anglia, Irlanda de Nord, Ţara Galilor), sunt urmăriţi indicatorii Gatsby (Gatsby Benchmarks) pentru serviciile de consiliere a carierei, însă nu există obligaţia pentru învăţământul primar de a oferi astfel de servicii, care sunt dezvoltate mai degrabă în învăţământul secundar inferior. În **Turcia,** consilierea psihologică şi educaţională include aspecte legate de dezvoltarea personală, socială, educaţională şi de carieră. Nu sunt foarte clare însă activităţile care pot fi derulate cu elevii din ciclul primar în domeniul consilierii carierei.

3. Cine sunt cei care derulează activităţi de consilierea carierei la ciclul primar

Un alt aspect important investigat s-a referit la personalul care oferă activităţi de consilierea carierei în ţările Jobland. Astfel, rapoartele naţionale au evidenţiat faptul că în **Spania** activităţile de consilierea carierei la ciclul primar sunt realizate de către consilierii care sunt parte a corpului profesoral. În **România** învăţătorii realizează aceste activităţi, cu sprijinul consilierului şcolar (pentru activităţile din curriculum Dezvoltare personal), alte activităţi fiind realizate de către consilierii şcolari în cabinetele şcolare şi interşcolare de asistenţă psihopedagogică. În **Danemarca** profesorii sunt cei responsabili, dar nu au pregătirea iniţială/ continuă necesară pentru a derula aceste activităţi. În **Italia** fiecare şcoală nominalizează un profesor responsabil cu activităţile de consilierea carierei. În funcţie de fondurile disponibile, şcolile pot solicita sprijinul diferiţilor practicieni din domeniul consilierii carierei. În **Marea Britanie** activităţile sunt desfăşurate de către profesorii din învăţământul primar şi consilieri ai carierei (*career advisors*, ex. din reţeaua Aspire). În **Turcia**, din anul 2017, pe baza noilor reglementări ale serviciilor de consiliere din şcoli, s-au modificat şi atribuţiile consilierilor. Astfel, aceştia coordonează echipele de profesori care realizează activităţile de orientare cu elevii.

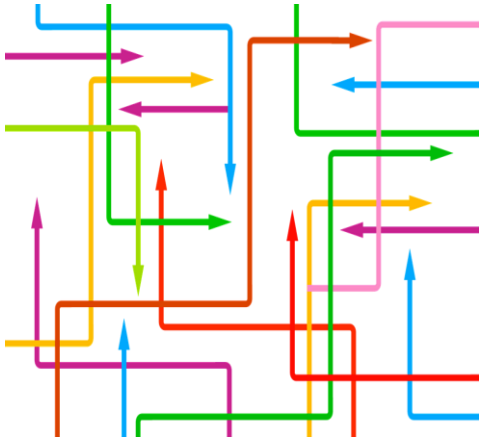
4. Instituţii suport

Activităţile de consilierea carierei nu se pot derula sau se derulează cu dificultate fără o colaborare eficientă a şcolii cu diverşi actori din mediul formal sau i
Informaţiile colectate arată că în **Spania** sunt implicate asociaţii profesionale precum *Confederacy of Psychopedagogy and Counselling Organizations of Spain*, *Spanish Counseling and Psychopedagogy Association*. În **România** coordonarea este asigurată de către CMBRAE/
CJRAE şi inspectoratele şcolare, care beneficiază de colaborarea cu Euroguidance România sau cu diferite ONG-uri care derulează proiecte în parteneriat cu şcolile. În **Danemarca** există un sprijin consistent din partea centrelor de consilierea carierei şi al *Municipal Youth Effort*. În **Italia** sunt implicate cabinete regionale de consiliere, universităţi, centre din domeniul pieţei muncii. În **Marea Britanie** funcţionează Departamentul pentru Educaţie care este responsabil pentru educaţie şi calificări şi Institutul pentru Dezvoltarea Carierei responsabil pentru practicienii de consilierea carierei. În **Turcia** sprijinul vine din partea Ministerul Educaţiei, centrelor regionale de cercetare în consiliere şi orientare, ISKUR sau Euroguidance Turcia.

5. Cercetări în domeniul consilierii carierei la ciclul primar (exemple)

Activităţile de consilierea carierei este bine să fie susţinute şi fundamentate pe date ale cercetării. Rapoartele naţionale arată o situaţie foarte diferită în ţările partenere. Astfel, în **Spania** numeroase publicaţii acordă spaţiu studiilor în domeniul general al consilierii, iar universităţile dispun de grupuri de cercetare şi pe această dimensiune; cu toate acestea, sunt greu de identificat studii focalizate pe învăţământul primar. În **România** există o serie de cercetări în domeniul consilierii, în special pentru dezvoltarea curriculumului. Institutul de Ştiinţe ale Educaţiei are un departament specializat dedicat cercetării în consiliere, iar Euroguidance Romania a sprijinit publicarea rezultatelor unor cercetări (ex: *Consilierea carierei. Compendiu de metode şi tehnici*). Diferite proiecte recente Erasmus+ au investigat domeniul consilierii carierei şi au realizat rapoarte naţionale în care a fost cuprins şi domeniul consilierii la ciclul primar (ex: Widening the Future http://www.wideningthefuture.eu/, My future https://myfutureproject.eu/project/). În **Danemarca**, din anul 2003 când a început reforma sistemului de consiliere până în prezent au fost realizate evaluări şi rapoarte cu privire la serviciile de consiliere, însă niciun studiu nu s-a centrat pe ciclul primar (ex: a fost realizată cercetarea *Insights and outlooks* despre consilierea carierei în anii terminali ai învăţământului obligatoriu (Poulsen, Thomsen, Buhl, & Hagmayer, 2016). În **Italia** există numeroase studii cu privire la domeniul consilierii carierei, disponibile în limba italiană. **Marea Britanie** se remarcă prin preocuparea constantă cu privire la colectarea evidenţelor în domeniul consilierii la ciclul primar prin studii şi cercetări precum: *Consilierea carierei la ciclul primar*. *Rolul profesorilor în şcoli în pregătirea copiilor pentru viitor*, *Ce funcţionează? Consilierea carierei la ciclul primar*, *Designul viitorului: explorarea aspiraţiilor de carieră ale copiilor din ciclul primar din întreaga lume*. În **Turcia** au fost dezvoltate modele şi instrumente de consilierea carierei, fără o focalizare pe învăţământul primar (ex: *Career Sailboat Model*, *Career Values Cards*).

CONCLUZII

Cercetarea desk-based a arătat că în ţările Jobland se derulează diverse activităţi de consilierea carierei la ciclul primar, însă acest domeniu ridică destule provocări atât pentru ţările cu tradiţie, care dispun deja de bune practici, cât mai ales pentru ţările în care aceste iniţiative sunt fragmentate şi unde lipseşte un cadru metodologic clar. Astfel, activităţile de consilierea carierei beneficiază de anumite **repere** în fiecare ţară (linii directoare, *benchamarks*, curriculum), însă diferă modalitatea de realizare a acestora – de la disciplină distinctă (România), la abordarea tematicii în cadrul altor discipline, la iniţiative pilot fragmentate sau variate modele în Marea Britanie.

Implementarea activităţilor în şcoli se realizează în cele mai multe cazuri de către profesori, cu sprijinul practicienilor (ex: consilieri şcolari, consilieı carierei), însă toate ţările participante au menţionat că nu este suficientă pregătirea profesorilor pentru realizarea activităţilor de consilierea carierei cu elevii. **Sprijinul** pentru derularea activităţilor de consilierea carierei este divers în ţările Jobland, variind de la coordonarea clară de către autorităţilor centrale, la implicarea asociaţiilor de consilierea carierei naţionale sau regionale sau la implicarea unor organizaţii din domeniul pieţei muncii. În fiecare dintre cele 6 ţări există diferite **resurse** pentru desfăşurarea activităţilor de consilierea carierei la ciclul primar: unele ţări s-au focalizat pe dezvoltarea unui curriculum coerent şi elaborarea unor ghiduri pentru profesori şi elevi, altele au dezvoltat instrumente online sau platforme interactive pentru elevi cu ajutorul cărora aceştia pot explora prin joc lumea ocupaţiilor. Însă nu toate aceste resurse sunt disponibile în limba engleză şi de aceea sunt greu accesibile beneficiarilor din alte ţări. Deşi există preocupări pentru **cercetarea** în domeniul general al consilierii, atenţia acordată colectării de date prin cercetare în scopul evaluării şi dezvoltării activităţilor sau serviciilor este destul de redusă în ţările analizate. Există studii şi articole dedicate domeniului consilierii în general, rapoarte pentru consilierea la ciclul primar realizate cu sprijinul proiectelor Erasmus+, însă cu excepţia Marii Britanii, nu există studii sistematice dedicate domeniului consilierii carierei la ciclul primar.