



Tibu Speranța Lavinia
Velter Irina Alexandra

Coordonatori:
Redeș Diana Adela
Toderici Ovidiu Florin
Rad Dana Veronica
Dughi Tiberiu Sandu

EDUCAȚIE MULTI ȘI INTERCULTURALĂ

Suport de curs



EDITURA „ȘCOALA VREMII”
ARAD, 2019



Proiect co-finanțat din Programul Operațional Capital Uman 2014 - 2020

**Mitrofan Luminița Doina
Velter Irina Alexandra**

Coordonatori:

**Redeș Diana Adela
Toderici Ovidiu Florin
Rad Dana Veronica
Dughi Tiberiu Sandu**

STIMULAREA COMPORTAMENTELOR POZITIVE

Suport de curs

EDITURA „ȘCOALA VREMII”

ARAD, 2019



Prezenta lucrare este elaborată în cadrul proiectului „**Educație de calitate pentru toți**”, selectat în cadrul Programului Operațional Capital Uman 2014-2020 (POCU) și co-finanțat din Fondul Social European. Proiectul este implementat, în parteneriat, de către Inspectoratul Școlar Județean Arad, Casa Corpului Didactic “Alexandru Gavra” Arad și C&T Strategic Business Partners.

Proiectul își propune dezvoltarea și implementarea de programe educaționale complexe destinate celor 10 școli beneficiare, respectiv preșcolarilor/elevilor, părinților, cadrelor didactice și de sprijin. Un astfel de program, dedicat cadrelor didactice și de sprijin, este programul “*Profesor pentru o școală prietenoasă*”.

Programul “Profesor pentru o școală prietenoasă” cuprinde pe următoarele module:

- Modul 1. Strategii educaționale centrate pe elev
- Modul 2. Stimularea comportamentelor pozitive
- Modul 3. Educație multi si interculturala
- Modul 4. TIC-ul în activitățile educaționale

Modulul 2 – Stimularea comportamentelor pozitive are ca scop conștientizarea importanței abordării pozitive a comportamentelor copiilor, respectiv familiarizarea cadrelor didactice și de sprijin cu metode și tehnici specifice prin care acestea să poată influența și direcționa pozitiv comportamentul copiilor, respectiv să încurajeze și sprijine învățarea de către copii a comportamentelor dezirabile.

Lucrarea a fost coordonată și elaborată de o serie de experți ai instituțiilor care asigură în parteneriat implementarea proiectului “*Educație de calitate pentru toți*”:

Echipa de experți din partea Casa Corpului Didactic Arad:

- Redeș Adela, Coordonator partener
- Tiberiu Dughi, Expert acreditare
- Rad Dana Veronica, Expert acreditare

Echipa de experți din partea C&T Strategic Business Partners:

- Carmen Manuela Cazan, Expert autor Modul 1 program mentorat
- Luminița Doina Mitrofan, Expert autor Modul 2 program mentorat
- Speranța Lavinia Țibu, Expert autor Modul 3 program mentorat
- Cristian George Tomescu, Expert autor Modul 4 program mentorat
- Tiberiu Artur Velter, Expert evaluare si asigurarea calității program mentorat
- Irina Alexandra Velter, Coordonator partener

Descrierea CIP a Bibliotecii Naționale a României

MITROFAN, LUMINIȚA DOINA

Stimularea comportamentelor pozitive : suport de curs / Mitrofan Luminița Doina, Velter Irina Alexandra ; coord.: Redeș Diana Adela, Toderici Ovidiu Florin, Rad Dana Veronica, Dughi Tiberiu Sandu. - Arad : Școala vremii, 2019

Conține bibliografie

ISBN 978-606-9067-06-2

- I. Velter, Irina
- II. Redeș, Diana Adela (coord.)
- III. Toderici, Ovidiu Florin (coord.)
- IV. Rad, Dana (coord.)
- V. Dughi, Tiberiu (coord.)

316

Ilustrație coperta 1: <https://www.rawpixel.com/>

Design coperta: C&T Strategic Business Partners

CUPRINS

CAPITOLUL 1.

INTRODUCERE ÎN PROBLEMATICA DISCIPLINEI ÎN MEDIUL ȘCOLAR	5
1.1. DISCIPLINA ÎN MEDIUL ȘCOLAR, O PROBLEMĂ DE ACTUALITATE	5
1.2. DEFINIȚIE ȘI CLARIFICĂRI CONCEPTUALE. PRINCIPII.	7
1.3. DISCIPLINARE POZITIVĂ VS. PEDEAPSĂ	31
1.4. NEVOI CARE MOTIVEAZĂ COMPORTAMENTUL COPILULUI	37

CAPITOLUL 2.

FACTORI DE RISC ÎN APARIȚIA, DEZVOLTAREA ȘI MENTINEREA PROBLEMELOR DE COMPORTAMENT	40
2.1. FACTORI DE RISC LEGAȚI DE DIFERENȚELE INTER-INDIVIDUALE	40
2.2. FACTORI DE RISC LEGAȚI DE MEDIUL ȘCOLAR	41
2.3. FACTORI DE RISC LEGAȚI DE MEDIUL FAMILIAL	43
2.4. FACTORI DE RISC LEGAȚI DE GRUPUL DE COLEGI/PRIETENI	45

CAPITOLUL 3.

COMPORTAMENTELE INDEZIRABILE. STADII ALE DISCIPLINĂRII	47
3.1. TIPURI DE COMPORTAMENTE DERANJANTE	47
3.2. CAUZE POSIBILE ALE COMPORTAMENTELOR NEPOTRIVITE	63
3.3. STADIILE DISCIPLINĂRII	66

CAPITOLUL 4.

DISCIPLINAREA POZITIVĂ CA METODĂ DE STIMULARE A COMPORTAMENTELOR POZITIVE	71
4.1. CE PRESUNE DE DISCIPLINAREA	72
4.2. CEI 4D ÎN ABORDAREA POZITIVĂ A COMPORTAMENTELOR COPIILOR	74
4.3. PRINCIPII ALE DISCIPLINĂRII POZITIVE	78
4.4. ROLUL PROFESORULUI ÎN STIMULAREA COMPORTAMENTELOR POZITIVE	80
4.5. ETAPELE DISCIPLINĂRII POZITIVE	81
4.6. STRATEGII PENTRU PROMOVAREA COMPORTAMENTELOR POZITIVE LA CLASĂ	86
4.7. METODE CARE AJUTĂ ÎN DISCIPLINAREA POZITIVĂ A COPIILOR	96
4.8. TEHNICI DE DISCIPLINARE POZITIVĂ PENTRU PROMOVAREA COMPORTAMENTULUI AȘTEPTAT LA ELEV	113
4.9. TEHNICI CARE NU FUNCȚIONEAZĂ (LINDA ALBERT, 1989)	117

CAPITOLUL 5.

ROLUL COMUNICĂRII ÎN STIMULAREA COMPORTAMENTELOR POZITIVE	120
5.1. STRATEGII DE COMUNICARE CADRU DIDACTIC-ELEVI	120
5.2. STRATEGII DE COMUNICARE CADRU DIDACTIC-FAMILIE	123
5.3. PRINCIPALELE BARIERE ÎN COMUNICAREA ADULT-COPIL	124

5.4. DEZVOLTAREA ABILITĂȚILOR DE COMUNICARE EFICIENTĂ CU COPILUL	125
---	------------

ANEXE	134
--------------	------------

ANEXA 1. FIȘĂ DE EVALUARE A COMPORTAMENTULUI	134
---	------------

ANEXA 2. IDEI DE REZOLVARE A SITUAȚIILOR GENERATE DE COMPORTAMENTUL DISTRUCTIV LA CLASĂ	135
--	------------

ANEXA 3. ABORDAREA CONFLICTELOR	140
--	------------

ANEXA 4. FIȘĂ DE EVALUARE A COMPORTAMENTULUI ÎN CLASĂ	144
--	------------

ANEXA 5. CONTRACT COMPORTAMENTAL	145
---	------------

ANEXA 6. CHESTIONAR PENTRU DETERMINAREA STILULUI DOMINANT ÎN CLASĂ	146
---	------------

ANEXA 7. FIȘA DE LUCRU - ȘTIU CUM SĂ MĂ COMPORT (<i>PRELUAT DIN BENGĂ, BĂBAN, OPRE, 2015</i>)	150
--	------------



BIBLIOGRAFIE

152



CAPITOLUL 1.

Introducere în problematica disciplinei în mediul școlar

1.1. Disciplina în mediul școlar, o problemă de actualitate

Una dintre problemele cu care se confruntă în prezent sistemele educaționale din întreaga lume este cea a comportamentelor indezirabile ale elevilor. Această situație este valabilă și pentru sistemul educațional din România, concluzie ce a rezultat ca urmare a realizării unor studii de cercetare asupra situației disciplinei în școli. Un studiu foarte interesant din acest punct de vedere este studiul de impact al reformei curriculare în învățământul obligatoriu “Școala la răscruce. Schimbare și continuitate în curriculumul învățământului obligatoriu” realizat în 2002. Studiul a evidențiat indisciplina elevilor drept unul dintre factorii care afectează buna funcționare a școlii. Foarte mulți dintre profesorii chestionați au fost de părere că asigurarea disciplinei la clasă consumă prea mult timp.

Abordarea problematicii indisciplinei în mediul școlar, implică conștientizarea faptului că orice intervenție de natură comportamentală trebuie să fie precedată de identificarea cauzelor/factorilor care au dus la apariția și/sau menținerea problemelor de comportament, precum și de conceptualizarea problemei. Înțelegerea etiologiei comportamentelor indezirabile ale elevilor și conceptualizarea specifică a acestora, reprezintă un pas esențial care precede aspectul pragmatic, și anume elaborarea unor metode specifice de management a comportamentului elevilor, adică modele de disciplină pozitivă.

Un model de management al comportamentului reprezintă un set de abordări coerente și coezive ce au rolul de a stabili, menține și restabili ordinea în clasă. El pornește de la o anumită perspectivă de filosofie a educației și se situează pe un continuum al controlului exercitat de profesor asupra comportamentului elevilor.

Burden (2006) clasifică modelele de management al comportamentului elevilor în trei categorii: modele centrate pe intervenție (caracterizate de un nivel ridicat de control exercitat de către profesor), modele centrate pe interacțiune (caracterizate de un nivel mediu de control exercitat de către profesor) și modele centrate pe ghidare (caracterizate de un nivel scăzut de control exercitat de către profesor).

Modele centrate pe intervenție se fundamentează pe ideea că dezvoltarea elevilor este condiționată de factori externi. Comportamentul elevilor este modelat prin intermediul influenței factorilor externi, prin urmare profesorii trebuie să selecteze comportamentele țintă ale elevilor, să le întărească pe cele dezirabile și să le elimine pe cele indezirabile. Din această perspectivă, merită să fie menționate modelul disciplinei asertive, dezvoltat de L. Canter și M. Canter, precum și modelul disciplinei pozitive dezvoltat de F. Jones.

Modelele ce pun accent pe interacțiune pornesc de la ideea că dezvoltarea este rezultatul unei combinații dintre influențele externe și condițiile interne ale individului. Prin urmare, profesorii promovează ideea că elevii sunt cei care trebuie să își controleze propriul comportament ori de câte ori este posibil, dar, în același timp, consideră că nevoile grupului trebuie să primeze în raport cu cele individuale (modelul disciplinei sociale/consecințelor logice, dezvoltat de către R. Dreikurs, modelul disciplinei noncoercitive, dezvoltat de W. Glasser și modelul disciplinării cu demnitate, dezvoltat de R. Curwin și A. Mendler).

Modelele ce pun accent pe ghidare pornesc de la ideea că elevii sunt principalii responsabili pentru controlul propriului comportament, ei având capacitatea de a decide în această privință. Fiecare dintre aceste modele prezintă strategii specifice destinate prevenției și corectării comportamentelor indezirabile și pot fi utile profesorilor în managementul comportamentului elevilor.

Strategiile pozitive au fost definite ca răspunsuri ale profesorilor care presupun recompense, întăriri pozitive și încurajare. Strategiile restrictive includ întăriri negative și pedepse (Gordon, 2002). Dintre strategiile pozitive putem enumera întărirea pozitivă, contractele comportamentale, automanagementul etc. Dintre strategiile restrictive pot fi enumerate reprimarea, pierderea privilegiilor, time-out-ul etc. Studii realizate de Stage și Quiroz (1997), respectiv R. Marzano, J. Marzano și Pickering (2003) arată că atât utilizarea strategiilor ce au la

bază întăririi pozitive, cât și a celor ce au la bază forme moderate de pedeapsă conduc la diminuarea frecvenței comportamentelor indezirabile ale elevilor, iar dacă strategiile pozitive și cele restrictive sunt utilizate combinat, efectele obținute sunt chiar mai bune.

1.2. Definiție și clarificări conceptuale. Principii.

Termenul de **disciplinare**, afirmă Botiș (2004), vine de la discipol, adică o persoană ce urmează învățăturile și stilul de viață al altei persoane, al cărei model de comportament îl urmează în diferite situații de viață.

Disciplinarea este o experiență de învățare, care poate fi percepută ca fiind dificilă, incomodă și chiar dureroasă de către copil. În procesul disciplinării, adesea cel mai mare impact îl are modelul oferit de părinți, copilul învățând prin imitație, uneori inconștient, exemplul oferit de către aceștia.

De multe ori, adulții sunt mai preocupați de eliminarea comportamentului nedorit și mai puțin de cultivarea comportamentului dorit. Disciplinarea pozitivă însă vizează mai mult decât abordarea comportamentelor problematice. Ea vizează și încurajarea, învățarea unor comportamente și atitudini adaptative (Botiș, 2004, p.6). Disciplinarea pozitivă presupune inițial un efort mai mare, dar prezintă un avantaj: dacă este începută de timpuriu, permite copiilor să învețe de la început ce trebuie să facă, și deci vor fi necesare mai puține acțiuni corective.

Disciplinarea a fost adesea confundată cu pedeapsa, care se referă la exercitarea de către adult al controlului extern asupra copilului, prin folosirea forței, scopul fiind acela de a modifica comportamentul problematic. Pedeapsa poate într-adevăr să modeleze comportamentul celui pedepsit. Totuși, o serie de studii au evidențiat faptul că acei copii care au fost ținta unor pedepse excesive, tind să recurgă ei înșiși la pedepsirea celor din jur.

Pornind de la ideile lui Adler și Dreikurs referitoare la educație, psihologul Jane Nelsen a dezvoltat un sistem de disciplinare pozitivă a copilului, atât în mediul familial cât și la școală. Nelsen et al

(2016) vorbește despre următoarele concepte/principii care stau la baza disciplinei pozitive la clasă:

1.2.1. Încurajarea

Încurajarea reprezintă piatra de temelie a disciplinei pozitive și cheia întăririi elevilor și a schimbării de comportament.

Cercetările au arătat că în general tindem să ne comportăm bine atunci când avem o stare de bine. Conform teoriei disciplinei pozitive, un copil care manifestă probleme de comportament este un copil descurajat, iar motivația cea mai puternică pentru schimbare este încurajarea acestuia. Încurajarea este baza și primul pas al disciplinei pozitive la clasă. Ea învață copiii atitudini de viață care îi vor ajuta să răspundă mai eficient provocărilor vieții. Încurajarea poate îmbrăca forme variate iar disciplina pozitivă își propune ca prin intermediul acesteia să creeze copiilor o stare de bine, astfel încât ei să fie motivați pentru schimbarea în bine.

După cum observă Nelsen et al (2015) “rădăcina cuvântului încurajare vine de la curaj, de aceea când ne străduim să îi încurajăm pe alții sau pe noi înșine, de fapt ajutăm la dezvoltarea curajului pentru a face față provocărilor și dificultăților vieții.” În acest context, fiecare profesor are influență între cei patru pereți ai clasei, iar timpul petrecut cu elevii poate oferi ocazii nenumărate pentru a-l influența în bine.

În abordarea tradițională a disciplinei la clasă, profesorul încerca să motiveze elevul pentru schimbare prin intermediul pedepse și recompense. Rezultatele pozitive sunt de regulă temporare și implică de fapt o mare doză de descurajare. Copiii se străduiesc mai degrabă să evite pedeapsa sau încearcă să primească recompense, dar riscul este acela al pierderii încrederii în forțele proprii precum și a oportunităților de a învăța aptitudini de viață noi. Există anumite diferențe între laudă și încurajare. Lauda se acordă de regulă în urma unei reușite în timp ce încurajarea este necondiționată și susține elevii indiferent de rezultatele pe care ei le obțin. Profesorul poate încuraja copilul la orice mic efort (“Te-ai descurcat mult mai bine la acest test. Se vede că ai muncit foarte mult. Cred că ești foarte mulțumit că ai obținut o notă atât de bună”). Când profesorul se focusează pe efortul depus de elev, atunci încurajarea este reală. Încurajarea poate fi oferită elevului chiar și atunci când rezultatele nu sunt prea bune. (“Ce părere ai depre

acest proiect? Ce ai învățat din el chiar dacă nu a reușit așa cum sperai?”). Astfel de întrebări pot transforma descurajarea în încurajare și motivează elevul pentru schimbare.

Ce poate face profesorul:

- i. Să ofere elevilor posibilitatea de a alege, de a lua decizii, apreciindu-i așa cum sunt, dar în același timp ajutându-i să își dezvolte aptitudini și atitudini ce pot facilita îmbunătățirea și evoluția.
- ii. Să utilizeze comunicarea non-verbală care poate fi uneori foarte încurajatoare (de exemplu o clipire din ochi, un gest al mâinii etc, creează o legătură cu elevul și îi transmite mesajul “Am încredere în tine!” sau „Stiu că poți!”
- iii. Să identifice ceea ce face bine fiecare elev și să îi recunoască meritul, iar încurajarea să fie specifică. Încurajarea reală provine întotdeauna dintr-un feedback direct și sincer.
- iv. Să folosească încurajarea pentru a spune unui elev că îi recunoaște efortul de a încerca un comportament nou (“Am observat că ți-ai mutat scaunul când Andrei te-a deranjat. Apreciez stăpânirea de sine de care ai dat dovadă rezolvând această situație cu calm”). Remarca de mai sus este specifică și se focalizează pe efortul realizat de elev.
- v. Să aloce elevului timp special și nu să încurajeze elevul spunându-i pur și simplu că trebuie să se străduiască mai mult.
- vi. Să facă modificări în sistemul de notare; în loc să sancționeze răspunsurile proaste, mai bine să noteze răspunsurile bune.
- vii. Să elimine sistemul de recompense și pedepse de la clasă.
- viii. Să creeze un mediu favorabil, de încurajare pentru toți membrii clasei, prin intermediul întâlnirilor cu clasa, în cursul cărora elevii pot fi învățați să își facă și să răspundă la complimente, să se ajute reciproc în rezolvarea problemelor apărute au în organizarea unor evenimente comune.

- ix. Să decodifice corect scopul comportamentelor indezirabile ale elevilor prin identificarea convingerilor aflate în spatele acestora și să-i încurajeze pentru a-i motiva să își schimbe comportamentul.

1.2.2. Scopuri greșite

La baza comportamentului indisciplinat al copilului stau **scopuri neadecvate** sau **greșite**; adultul trebuie să “spargă” codul comportamentului problematic utilizând suport vizual (pălăria cu mesaje pentru spargerea codului comportamentului indisciplinat).

În spatele fiecărui comportament indezirabil se află o convingere. Abordarea tradițională a disciplinei la clasă tratează doar comportamentul manifest, ignorând convingerea din spate. Dreikurs consideră că un copil care se poartă urât este de fapt un copil descurajat și demoralizat, iar forma pe care o ia descurajarea pornește de la convingerea copilului că el nu este important și nu aparține. Ceea ce contează este ceea ce crede copilul – convingerea acestuia este cea care stă la baza comportamentului său.

Dreikurs vorbește despre patru scopuri neadecvate sau greșite care stau la baza comportamentului indisciplinat al copilului. El le-a denumit **scopuri greșite** pentru că pornesc de la convingeri greșite privind modul în care poate fi obținută apartenența și sentimentul propriei importanțe.

Aceste scopuri greșite sunt:

- a. obținerea atenției;
- b. puterea;
- c. răzbunarea; și
- d. retragerea (sau renunțarea).

Disciplina pozitivă afirmă că profesorul are la îndemână trei indicii care îl pot ajuta să înțeleagă scopul unui elev, și anume:

- a. sentimentele personale ale profesorului;
- b. reacția profesorului la comportamentul elevului; și
- c. reacția elevului la reacția profesorului față de comportament.

O dată ce scopul real al elevului este înțeles, elevul poate fi încurajat în diferite feluri care vizează schimbarea convingerilor și implicit schimbarea comportamentului.

Pedeapsa - din această perspectivă - nu este eficientă, deoarece intensifică descurajarea, susținând astfel comportamentul indezirabil. Mesajul codat principal din spatele tuturor actelor de indisciplină este de fapt : *“Sunt un elev și doresc să mă simt integrat”*. El poate fi acompaniat de mesaje secundare.

1.2.2.1. Obținerea atenției

Mesajul principal este: *“Observă-mă! Implică-mă”*; convingerea descurajantă care motivează elevul pentru căutarea atenției este următoarea: *“Aparțin doar dacă tu îmi acorzi atenție constantă”*.

- a. Indicii:
 - i. Reacția profesorului la acest tip de comportament al elevului poate fi una de iritare, enervare, îngrijorare, vinovăție etc (adesea acesta este primul indiciu că scopul elevului este obținerea atenției).
 - ii. Profesorul are tendința de a vorbi frumos sau a face lucruri pe care elevul le-ar putea face singur (al doilea indiciu).
 - iii. Răspunsul elevului la reacția profesorului este de obicei încetarea temporară a obținerii atenției, dar curând va reîncepe cu comportamentul indisciplinat (al treilea indiciu).

Ce poate face profesorul:

- i. Să orienteze elevii care încearcă să obțină atenție spre activități constructive, să le dea sarcini, să-i roage să își ajute colegii etc.

- ii. Să ofere timp elevilor pentru ca aceștia să poată împărtăși idei, sentimente, gânduri. Când se produce actul de indisciplină acesta trebuie ignorat, dar elevul trebuie atenționat cu privirea sau cu un gest; astfel, este ignorat comportamentul dar nu și elevul.

- iii. Să utilizeze o combinație între blândețe și fermitate.

1.2.2.2. Puterea

Mesajul principal este *“Lasă-mă să ajut! Dă-mi opțiuni!”*.

Toată lumea dorește putere iar elevii pot fi învățați să o folosească în moduri benefice și constructive. Adeseori profesorii nu înțeleg acest tip de mesaj și tind să reacționeze prin luptă, renunțare, insistând că ei au dreptate sau încercând pur și simplu să controleze elevul. În consecință elevul reacționează prin intensificarea comportamentului sfidător sau manifestă un comportament pasiv - agresiv.

Ce poate face profesorul:

- i. Să încurajeze elevii care caută puterea prin a le solicita ajutor.
- ii. Să recunoască în fața elevului că a încercat să îl controleze, că nu mai dorește să facă acest lucru dar că are nevoie de ajutorul elevului pentru a putea îndeplini acest lucru.
- iii. Să ofere opțiuni(de exemplu să participe împreună cu colegii de clasă la stabilirea regulilor, limitelor, rutinelor etc).
- iv. Să încurajeze elevii să își noteze îngrijorările în agenda clasei pentru a putea fi discutate în cadrul întâlnirilor cu clasa sau să își ia time-out pozitiv pentru a se liniști dacă sunt nervoși sau iritați.

- v. Să ofere sugestii constructive (să ajute alți colegi, să predea o secvență de lecție, să rezolve diferite sarcini în clasă).
- vi. Să combine blândețea cu fermitatea. Blândețea comunică mesajul “Îmi pasă de tine și apreciez puterea care respectă”, în timp ce fermitatea comunică mesajul „Nu te voi lăsa să folosești puterea ca să îi domini pe alții”.

1.2.2.3. Răzbunarea

Mesajul transmis în acest caz este următorul: *“Sufăr! Validează-mi sentimentele”*. Convingerea aflată în spatele dorinței de răzbunare a elevului este *“Nu aparțin și doare, dar cel puțin suntem chit”*.

În această situație profesorul trebuie să identifice mesajul și convingerea aflată în spatele acestuia, apoi să încerce să ușureze durerea elevului și să redirectioneze energia folosită în răzbunare.

Indicii:

- i. dacă profesorul nu reușește să înțeleagă semnificația reală a comportamentului elevului, acesta se simte rănit, dezamăgit sau dezgustat (primul indiciu),
- ii. profesorii sunt adesea tentați să riposteze prin pedepsirea copilului sau prin încercarea de a face copilul să se simtă vinovat (*Cum ai putut să faci asta?* (indiciul al doilea).
- iii. răspunsul elevului este cel de amplificare a războiului, rănind pe alții, distrugând obiecte etc. (indiciul al treilea).

Ce poate face profesorul:

- i. Să întrerupă ciclul răzbunării prin a nu răspunde provocării de răzbunare. Elevii ce se angajează în comportamente de tip răzbunare, sunt obișnuiți să fie tratați cu lipsă de respect și să li se răspundă la provocări în manieră negativă. Când nu i se mai răspunde

provocării în manieră negativă, se distruge un șablon iar elevul învață că nu este cazul să provoace și mai multă durere.

ii. Să se ocupe de sentimentele rănite ale elevului. Acesta trebuie ascultat cu atenție, sentimentele acestuia trebuie să fie reflectate, profesorul asigurându-se că a înțeles corect, să-i arate că-i pasă (“Mă simt rănit pentru ceea ce s-a întâmplat, bănuiesc că și tu te simți la fel. Ai vrea să îmi spui de ce suferi?”).

iii. Să răspundă cu blândețe și fermitate. Blândețea comunică mesajul “Nu vreau să te rănesc, nu vreau să te rănească nici alții”, în timp ce fermitatea comunică mesajul „Nu vreau să te las să mă rănești nici pe mine, nici pe alții”.

iv. Să scoată în evidență lucrurile pozitive pe care elevul problemă le face sau să atribuie un prieten secret care să îl complimenteze pentru aspectele pozitive ale comportamentului său.

v. Să dezvolte abilitățile de cooperare la nivelul întregii clase.

1.2.2.4. Retragerea (renunțarea)

Comunică profesorului mesajul că elevul este incapabil să se comporte adecvat, precum ceilalți elevi, sau să se conformeze așteptărilor pe care adulții (părinți/profesori), le au de la el. Formele în care se manifestă această convingere pot fi foarte diverse (unii elevi sunt distrați, alții o fac pe clovnii din dorința de a-și masca sentimentele reale etc). Mesajul implicit transmis este următorul: *“Nu renunța la mine. Arată-mi cu pași mici cum se face”*. Convingerea deranjantă care demotivează elevul în a mai încerca este următoarea: *“Nu pot să aparțin. Singura mea soluție este să renunț și să fiu lăsat în pace”*.

Alteori însă, elevul care se comportă cu lipsă de respect, nu vrea să fie lăsat în pace.

Indicii:

- i. Când profesorul nu înțelege convingerea reală din spatele comportamentului inadecvat al elevului, se poate simți neajutorat, nepotrivit sau chiar lipsit de speranță (indiciul 1).
- ii. Profesorul poate fi tentat să renunțe, la fel ca elevul, sau dimpotrivă încercând să ajute elevul mai mult decât este necesar (indiciul al doilea).
- iii. Efectul poate fi acela că elevul se va retrage și mai mult, va deveni pasiv și va evita să răspundă (indiciul al treilea).

Sugestii pentru profesor:

- i. Să încurajeze elevii care nu vor să mai încerce, prin reînvățarea în pași mici. Sarcina poate fi împărțită în pași mai mici. Elevul poate fi ajutat să obțină mici succese ceea ce îl va face să se simtă încurajat.
- ii. Să evite criticarea elevului, să se concentreze asupra calităților acestuia.
- iii. Să roage elevul să aleagă un tutorat dintre colegii de clasă.
- iv. Să susțină și să dezvolte interesele elevului.
- v. Să combine blândețea cu fermitatea. Blândețea comunică mesajul “Înțeleg descurajarea ta”, în timp ce fermitatea comunică mesajul “Refuz să îmi fie milă de tine sau să îți fac munca, pentru că știu că poți să o faci și singur. Te voi ajuta până când încetul cu încetul vei reuși”.

1.2.3. Stima de sine

Stima de sine – se referă la felul în care profesorul poate să construiască o bază solidă (de acceptare de sine) care să susțină variațiile acesteia. Unele metode folosite pentru dezvoltarea stimei de sine la copii pot fi contraproductive. Atunci când copiilor li se repetă într-una cât sunt de speciali, ei învață de fapt să depindă de validarea celorlalți sau de cuvinte superficiale ca să aibă o părere bună despre ei. Problemele pot să apară atunci când cineva le spune că ei nu sunt

speciali sau când ei nu mai cred în asigurările date de altă persoană. O stimă de sine sănătoasă se construiește prin încurajări astfel încât copilul să învețe că greșelile reprezintă de fapt oportunități pentru învățare. Dezvoltarea abilităților de reziliență, explorarea realistă a propriilor capacități precum și dezvoltarea abilităților sociale reprezintă de asemenea o bază solidă pentru dezvoltarea unei stime de sine pozitivă.

Stima de sine se bazează pe următoarele principii (**cele șapte principii "înțelepte"**):

- (1) **Percepția propriei capacități** ("Sunt capabil").
- (2) **Percepția importanței în relațiile primare** ("Contribui semnificativ/sunt cu adevărat necesar").
- (3) **Percepția influenței personale asupra vieții** („Pot influența ce se întâmplă cu mine sau pot decide cum răspund în diferite împrejurări”).
- (4) **Abilități intrapersonale**: capacitatea de a înțelege propriile emoții și a folosi această înțelegere ca să dezvolte auto-disciplină și auto-control.
- (5) **Abilități interpersonale**: capacitatea de a munci cu alții și de a dezvolta prietenii prin comunicare, cooperare, negociere, împărtășire, empatie și ascultare.
- (6) **Abilități sistemice**: abilitatea de a răspunde limitelor și consecințelor vieții de zi cu zi cu responsabilitate, seriozitate, flexibilitate și integritate.
- (7) **Abilități de judecată**: capacitatea de a folosi înțelepciunea și de a evalua situații conform valorilor proprii.

Aceste capacități pot fi dezvoltate de către elevi prin practică. Când ei își folosesc judecata, lucrează și cooperează cu alții, se simt importanți etc, elevii își dezvoltă o stimă de sine sănătoasă.

Ce poate face profesorul:

- i. Să învețe elevii că greșelile sunt ocazii importante de învățare, că sunt resurse și nu catastrofe.
- ii. Să pună întrebări care să arate interes pentru ceea ce simte și gândește, ideile despre ceea ce învață.

iii. Să ajute elevii să învețe că este important să muncească pentru îmbunătățire și nu pentru perfecțiune.

iv. Să stabilească întâlniri regulate cu clasa pentru ca elevii să își poată dezvolta abilități de tip empatie, comunicare, rezolvare de probleme.

v. Să petreacă timp special cu elevii.

vi. Să dezvolte la elevi interesele sociale (ajutorarea celui alt).

1.2.4. Control

Sensul acestui concept este **de a ghida** și nu de a comanda.

Când profesorul se simte lipsit de control, încearcă să redobândească controlul prin intermediul pedepsei - aplicând forme diferite de rușine, vină sau durere emoțională. Chiar dacă acest lucru nu-i place, adesea profesorul nu știe ce altceva să facă. Cei mai mulți profesori manifestă reticență în a abandona comportamentul dominator și pedeapsa, fiind convinși că alternativa este anarhia.

Ce poate face profesorul:

i. Să acorde încredere elevilor, deoarece ei sunt capabili și doritori să coopereze dacă sunt tratați într-o manieră demnă și cu respect; ei pot fi învățați că modalități de rezolvare a problemelor care pot le pot dezvolta autocontrolul.

ii. Să abordeze problemele cu calm, blândețe și fermitate.

iii. Să discute orice problemă apărută în cadrul întâlnirilor cu clasa.

iv. Să solicite ajutorul colegilor atunci când consideră că este util.

v. Să eficientizeze întâlnirile cu clasa, care învață elevii autocontrolul, responsabilitatea, abilitățile de rezolvare a problemelor și abilitățile sociale.

vi. Să țină sub control nivelul de stres

1.2.5. Recompense și pedepse

Metoda se referă la situația în care se oferă modalități non-punitive pentru a încuraja dezvoltarea concretă a priceperilor și deprinderilor de viață. Disciplina pozitivă la clasă poate începe cu realizarea unei liste care să conțină caracteristici și abilități de viață de care elevii au nevoie pentru a reuși în viață. Asemenea liste pot include calități precum: încredere, autodisciplină, responsabilitate, curaj, cooperare, rezolvarea de probleme, stimă de sine, grija pentru propria persoană și pentru ceilalți, empatie, abilități sociale, motivația pentru învățare, comunicare, relaționare, simțul umorului etc. Disciplina pozitivă propune idei și strategii ce reprezintă o alternativă la recompense și pedepse, pe care le consideră inefficiente și chiar nocive. Aplicarea principiilor disciplinei pozitive la clasă sprijină elevii în dezvoltarea puterii interioare și a capacităților de viață care îi pot ajuta să obțină succes în viață. Kamii (apud Nelsen et al, 2016), susține că pedeapsa conduce la trei scenarii posibile: *“calcularea riscurilor”* (copilul își petrece timpul gândindu-se dacă/cum poate scăpa neprins/nepedepsit), *„supunere oarbă”* (eșuează în a-l învăța pe copil luarea responsabilă de decizii) sau *„revolta”*.

1.2.6. Fermitate și blândețe

Acestea reprezintă atitudini de bază ale adultului, necesare pentru implementarea disciplinei pozitive.

Fermitatea înseamnă utilizarea principiilor adecvate cu încredere.

Blândețea înseamnă menținerea propriei demnități și a propriului respect dar și ale elevilor în timp ce sunt aplicate acele principii. Pentru unii dascăli este mai ușor să fie blânzi decât fermi. Riscul este cel de permisivitate excesivă. Alții pot fi fermi dar nu pot fi blânzi. Aceasta duce la strictețe excesivă. Nici una dintre formule nu este benefică pentru elevi. Blândețea fără fermitate invită elevii la manipulare și evitarea responsabilităților. Fermitatea fără blândețe invită elevii la sfidare și rebeliune. Fermitatea asociată cu blândețe ghidează elevii și-i stimulează să coopereze și să își dezvolte abilități de viață necesare pentru o viață echilibrată și fericită.

Ce poate face profesorul

- i. Să își verifice expresia facială, tonul vocii și limbajul trupului, care trebuie să comunice/transmită elevului respect.
- ii. Să evite ironizarea elevului (ironiile pot răni și nu sunt necesare).
- iii. Să evite umilirea, învinuirea, rușinarea elevului ca strategii de disciplinare.
- iv. Să nu cadă în capcana de a-i fi milă de elev (a căuta scuze elevului este echivalent cu a crede că nu este capabil, adică arată lipsă de respect față de acesta).
- v. Să îmbine în mod echilibrat blândețea cu fermitatea.

1.2.7. Limite

Limitele ajută elevii în dezvoltarea deprinderii de a-și desfășura activitatea în cadrul unui sistem. Pe termen lung au ca scop stimularea copiilor în a dobândi priceperi și deprinderi care să le permită să devină adulți echilibrați, fericiți și implicați social. Stabilirea limitelor poate îmbunătăți calitatea vieții pentru adulți și copii, prin sentimentul de siguranță și confort pe care îl generează. Provocarea este de a face elevii să privească limitele nu ca pe o modalitate de control exercitată de adult ci ca pe o oportunitate de învățare a unor abilități de viață importante precum: autodisciplina, cooperarea, responsabilitatea, rezolvarea de probleme etc.

Ce poate face profesorul:

- i. Să respecte demnitatea elevilor prin manifestarea unei atitudini de respect.
- ii. Să fie clar în stabilirea regulilor.
- iii. Să ghideze elevii-atunci când situația o permite-de la comportamentul nepotrivit la comportamentul adevat, nu prin cuvinte ci prin gesturi (un zâmbet, un gest).
- iv. Să discute problemele apărute/încălcarea limitelor în timpul întâlnirilor clasei, să antreneze elevii în rezolvarea problemei, să descopere singuri de ce limita sau rutina nu funcționează.

- v. Să discute cu elevii despre scopul limitelor, nu doar cele legate de școală ci și cele care funcționează în societate.

- vi. Să se autoevalueze prin discutarea cu un coleg.

1.2.8. Aplicarea regulilor

Aplicarea regulilor se referă la modalitatea în care profesorul folosește fermitatea și blândețea pentru a ajuta elevii să înțeleagă limitele și faptul că profesorul este serios în ceea ce spune. Aplicarea regulilor ajută profesorul să fie proactiv și nu reactiv, iar aceasta reprezintă o alternativă foarte bună la metodele autoritară, respectiv permisivă. Procesul de aplicare a regulilor înseamnă luarea deciziei asupra a ceea ce profesorul urmează să facă, urmat de aplicarea, cu atitudine blândă și fermă, a celor decise (în loc de a mustra și de a pedepsi). Elevii învață că ceea ce fac ei are o consecință logică, că profesorul vorbește serios când spune ceva; elevii mai învață un comportament responsabil și respectuos și se simt bine cu ei înșiși.

Ce poate face profesorul:

- i. Să se asigure că elevii au înțeles clar ce înseamnă limitele (prin întrebări suplimentare, clarificări, joc de rol).
- ii. Să conștientizeze faptul că elevii pot avea alte priorități.
- iii. Să facă noi înțelegeri cu elevii atunci când este posibil; elevii să fie implicați în căutarea și găsirea de soluții, alegerea împreună cu elevii a acelei soluții cu care ambele părți să fie de acord.
- iv. Să învețe elevii că fiecare oportunitate vine la pachet cu o responsabilitate. Când responsabilitatea nu este acceptată, oportunitatea se poate pierde și invers.
- v. Executarea este o ocazie pentru modelarea și exersarea respectului reciproc.
- vi. Să comunice clar, cu mesaje verbale scurte, 10 cuvinte sau chiar mai puțin, atunci când limita trebuie pusă în practică.
- vii. Să ofere alegeri limitate.

viii. Să spună ce intenționează și să aplice întocmai ceea ce a spus, fără a utiliza amenințări.

ix. Când un elev uită o regulă sau vine cu obiecții, să întrebe/reamintească înțelegerea făcută.

x. Să utilizeze comunicarea nonverbală în situațiile care permit acest lucru, de exemplu, arătând ceasul sau întrerupând lecția, el oferă elevilor oportunitatea de a se redresa.

xi. Să rămână concentrat asupra problemei.

xii. Să îmbine echilibrat blândețea cu fermitatea.

1.2.9. Interes social

Interesul social ajută elevii în a se vedea membri aparținători ai societății. Nelsen et al (2016) consideră că interesul social este dragoste în forma cea mai pură. Autorii mai cred că dezvoltarea interesului social în fiecare persoană ar rezolva majoritatea problemelor din lume.

Ce poate face profesorul:

i. Să conștientizeze importanța dezvoltării interesului social al elevilor; acesta este la fel de important ca și interesul academic, susțin autorii mai sus menționați.

ii. Să privească problemele ca pe niște oportunități de dezvoltare personală atât pentru sine cât și pentru elevi. Interesul social al elevilor poate fi stimulat prin joc de rol, prin dezvoltarea empatiei.

iii. Să dezvolte la elevi abilitățile de rezolvare a problemelor, de luare a deciziilor.

iv. Să dezvolte la elevi empatia prin oferirea unui model.

1.2.10. Sarcini pentru fiecare elev în clasă

Sarcinile pentru elevi susțin interesul pentru societate, stimulând sentimentul de apartenență și sentimentul de a fi important în cadrul societății. În cazul elevilor, sentimentul de apartenență la comunitatea clasei este vital. O metodă foarte bună pentru a obține acest rezultat este aceea

prin care fiecare elev este implicat în realizarea unor sarcini necesare pentru desfășurarea în condiții bune a activităților zilnice de la clasă.

Ce poate face profesorul

- i. Să discute cu elevii și să stabilească împreună cu ei de sarcini zilnice.
- ii. Să creeze un sistem pentru alocarea sarcinilor și rotația lor. De exemplu, se poate folosi o listă elevilor în fiecare săptămână. În dreptul fiecărui nume să fie scrisă sarcina alocată, sau sarcinile pot fi notate pe bilețele separate care se pun într-o cutie de unde fiecare elev își extrage sarcina pentru săptămâna în curs. Creativitatea elevilor poate fi o sursă de inspirație în acest sens.
- iii. În cazul elevilor mici, imaginile grafice desenate sau decupate din reviste, desenele, diagrame care se asociază cu diferite sarcini, pot fi de mare ajutor.
- iv. Să stabilească pentru unele sarcini, intervale precise de timp în care să fie realizate.
- v. Să implice elevii în toate aspectele sarcinilor (să decidă timpul de rotație/schimbare, să realizeze tabele sau grafice, ecusoane, pot anunța timpul pentru fiecare sarcină).
- vi. Să aloce timp pentru pregătire.
- vii. Să atribuie sarcina de înlocuitor astfel încât elevul căruia i se atribuie să poată înlocui orice elev care absentează. Această sarcină se va atribui de asemenea prin rotație.
- viii. Să dea elevilor mai multă responsabilitate.
- ix. Să discute cu elevii orice problemă apărută în cadrul întâlnirilor cu clasa.

1.2.11. Alocarea timpului pentru pregătire

Alocarea timpului pentru pregătire este un proces care va clarifica așteptările pe care le are un profesor de la elevi și va oferi modalități de a reuși, fiind considerat o parte esențială a disciplinei pozitive; totodată ajută elevii să își dezvolte capacitățile academice, sociale și de viață necesare pentru a reuși.

Ce poate face profesorul:

- i. Să divizeze în pași mici orice sarcină nouă.
- ii. Să abordeze fiecare pas în parte și să-l demonstreze sau să ceară din partea elevilor idei despre cum ar putea arăta acel pas. Să aloce timp elevilor pentru a înțelege modul în care fiecare pas contribuie la atingerea scopului.
- iii. Să ofere indicii ocazionale și să încurajeze elevii; să consemneze pe măsură ce elevii realizează sarcina.
- iv. Alocarea timpului pentru pregătire ajută reducerea anxietății pe care unii elevi o pot avea atunci când experimentează lucruri sau situații noi.
- v. Se insistă până ce majoritatea elevilor au înțeles, abia după aceea se continuă. Unii elevi vor avea nevoie de ajutor suplimentar pentru îndeplinirea sarcinii.
- vi. Să folosească elemente vizuale precum grafice sau programe. Graficele îi ajută să vadă părțile și scopul în întregime. Un program va menține atenția elevilor focusată asupra scopului stabilit.
- vii. După ce elevii au înțeles și par pregătiți, profesorul să se retragă și să-i anunțe că este la dispoziția lor dacă au nevoie.
- viii. Să manifeste așteptări realiste, să fie atent la ceea ce elevii spun în timpul acțiunilor lor.
- ix. Să contribuie la minimizarea neînțelegerilor, să se asigure că fiecare elev știe părțile întregului și ceea ce este necesar în fiecare parte.
- x. Să aprecieze unicitatea individuală a fiecărui elev în parte dar și unicitatea grupului.
- xi. Să se focuseze pe progresul elevilor și nu pe perfecțiunea execuției.
- xii. Să învețe elevii că a greși este parte a oricărui proces de instruire

1.2.12. Greșeli

Greșeala este o importantă oportunitate de învățare, mai degrabă decât de pierdere a curajului în asumarea de riscuri. Mesajele legate de greșeli pe care le primesc elevii sunt foarte importante. Dacă elevii sunt învățați că greșelile înseamnă că sunt ratați/nepotriviți/proști etc, își pierd curajul

de a mai încerca lucruri noi sau devin foarte creativi în a le ascunde. De aceea școala are un rol important în a învăța elevii că greșelile sunt parte importantă și necesară a procesului de învățare. Greșelile trebuie prezentate ca oportunități de învățare.

Ce poate face profesorul:

- i. Când un elev se simte prost din cauza unei greșeli făcute, profesorul ar putea utiliza remarci de genul: *“Nu este un lucru minunat? Ai făcut o greșeală. Hai să ne prefacem că suntem detectivi și să descoperim ce putem învăța din greșeala ta”*.
- ii. Când elevul face greșeli, se scoate în evidență ceea ce el a făcut bine; apoi este întrebat dacă vede lucruri ce ar putea fi îmbunătățite, poate fi întrebat dacă are nevoie de ajutor sau poate lucra singur pentru a îmbunătăți acel lucru.
- iii. Când elevul face o greșeală care îi implică și pe colegi, se formulează greșeala în fața elevilor cât mai curând posibil. Se poate nota în agenda clasei pentru a fi abordată în cadrul întâlnirii cu clasa. O altă opțiune este folosirea celor “3 R” ai redresării din greșeală (**Recunoaște**, **Reconciliază**, **Rezolvă**).
- iv. Să discute cu elevii despre greșeli; să-i întrebe de exemplu ce mesaje despre greșeli au primit din partea adulților, ce au învățat din aceste greșeli și ce vor face pe viitor atunci când vor greși din nou.
- v. Să sublinieze aspectul greșelilor ca oportunități de învățare.
- vi. Să învețe elevii cei 3 R ai redresării din greșeală: 1. Recunoaște greșeala; 2. Reconciliază spunând că îți pare rău; 3. Rezolvă problema cu cei implicați. Profesorul trebuie să explice elevilor că toți cei trei pași sunt importanți și că numărul 3 nu poate fi atins dacă nu au fost parcurși primii doi pași. Parcurgerea celor 3 pași transformă o atmosferă ostilă într-o atmosferă a iertării și cooperării, o dată ce persoana își asumă responsabilitatea pentru greșeala comisă și își cere iertare.

1.2.13. Rezolvarea problemelor

Rezolvarea problemelor are în vedere abilitatea de a încuraja elevii și profesorii să vadă problemele ca și oportunități de învățare. Această abilitate este foarte importantă, și alături de inteligența emoțională ajută elevii să devină adulți încrezători și de succes. Atunci când profesorii alocă timp pentru dezvoltarea acestei abilități și oferă ocazii pentru exersarea ei, elevii devin competenți în rezolvarea problemelor. Ei tind să devină mai implicați, devin mai empatici știu să caute soluții, să trateze oamenii, locurile și lucrurile cu respect.

Ce poate face profesorul:

- i. Să accepte problemele ca oportunități de exersare a capacității de rezolvare a problemelor.
- ii. Să întrebe: “Ce s-a întâmplat”? „Care crezi că este cauza”? „Ce ai încercat să faci”? „Cum te simți în legătură cu ce s-a întâmplat”? „Ce ai învățat din această situație”? „Cum poți folosi ceea ce ai învățat acum în alte situații viitoare”? „Cum crezi că ai putea rezolva problema”?
- iii. Să manifeste încredere în elevi că pot rezolva probleme dacă sunt suficient de pregătiți și primesc ocazii pentru a-și dezvolta această abilitate.
- iv. Să utilizeze **Roata soluțiilor** pentru rezolvarea problemelor.
- v. Să promoveze dezvoltarea la elevi a **autocontrolului**. În rezolvarea problemelor, un pas important îl reprezintă dezvoltarea controlului impulsurilor (învățarea extinderii timpului dintre emoție și acțiune) pentru care cel puțin patru instrumente specifice pot fi utilizate:
 - (1) *un prim instrument este **time-out-ul pozitiv** (părăsirea scenei problemei pentru o scurtă perioadă de timp pentru redobândirea calmului).*
 - (2) *un al doilea instrument este **deprinderea unui set de tehnici de autolinistire** - aceste tehnici pot fi selectate astfel încât să se potrivească elevului (de exemplu, să vizualizeze ceva plăcut, semnul *Stop*, etc, atunci când se înfurie).*
 - (3) *al treilea instrument pe care profesorul îl poate da elevilor pentru controlarea reacțiilor impulsive este **întâlnirea cu clasa**. Folosirea agendei pentru întâlnirea cu clasa oferă timp pentru calmare. Scriind problema pe hârtie, elevul are timp să facă*

ceva constructiv legat de ea, să se relaxeze și să se calmeze. Folosirea agendei arată elevului că problemele se rezolvă cel mai bine într-o atmosferă de calm și că ceea ce era o problemă foarte mare ieri, pare mai puțin importantă atunci când este calm.

(4) al patrulea instrument pentru controlul reacțiilor impulsive se referă la **utilizarea celor 4 sugestii de rezolvare a problemelor**. O dată învățate, primele 3 nu necesită implicarea profesorului. Instrumentul poate fi aplicat fie prin asigurarea, în spatele clasei, a unui colț de rezolvare a problemelor cu o diagramă a sugestiilor, fie prin scrierea sugestiilor pe cartonașe, urmând ca elevii care au manifestat reacțiile impulsive să ia câte un cartonaș și să se retragă într-un loc liniștit pentru a-și rezolva problemele. Cele 4 sugestii de rezolvare a problemelor includ:

- a. **Ignorați** - elevul poate ignora problema făcând altceva (un joc, activitate) sau mergând în alt loc pentru a se liniști.
- b. **Vorbiți respectuos despre problemă** (fiecare elev spune celuilalt ce simte și ascultă cum se simte celălalt; apoi fiecare împărtășește ceea ce crede că a făcut și cum crede că a contribuit la problemă și spune celorlalți ce ar dori să facă diferit.
- c. **Punerea de acord asupra unei soluții;**
- d. **Cereți ajutor** (dacă elevii nu pot rezolva problema între ei, ea poate fi notată în agenda clasei și discutată cu toți, cu un părinte sau prieten).

vi. Să utilizeze jocul de rol pentru a ajuta elevii să înțeleagă perspectiva altuia, deci să dezvolte empatia.

vii. Să învețe elevii alternative la răspunsuri violente prin stimularea gândirii critice; de exemplu, când se discută despre ce poate face Andrei dacă a fost lovit de un coleg, sugestia tipică este: „*Îl poate lovi și el*”; dacă profesorul întreabă: „*Dacă Andrei îl lovește înapoi, ce este cel mai probabil să se întâmple*”? Un elev răspunde: „*E posibil ca Andrei să fie lovit din nou*”. Astfel, elevii învață să examineze idei în mod critic.

viii. Ședințe periodice de rezolvare de probleme au rol important în prevenție. Folosită regulat în rezolvarea problemelor mici poate preveni apariția problemelor mai mari.

ix. Să învețe elevii să folosească *Roata Soluțiilor* pentru rezolvarea problemelor. Această planșă cuprinde mai multe idei ce pot fi exersate de către elevi prin joc de rol (exemple de idei: „cere-ți scuze”; „pleacă”; „întâlnirea clasei”; folosește mesaje de tip „EU”; „spune-le să înceteze”; „numără până la 10”; „joacă un alt joc”; „dați mâna și jucați-vă pe rând”; etc.)

1.2.14. Time-out pozitiv

Time-out-ul pozitiv este o metodă ce vizează o problemă de comportament, care permite elevului să se liniștească. Când un elev este supărat, ultimul lucru de care ar putea avea nevoie este pedeapsa. În schimb, ar putea avea mare nevoie de un time-out pozitiv pentru a se liniști. Time-out pozitiv nu implică rușine, durere, învinuire sau alte forme de pedeapsă. Scopul time-out-ului pozitiv este acela de a-i calma și liniști pe elevi, de a-i face să se simtă bine. Uneori poate fi continuat cu un scurt proces de rezolvare a problemelor.

Ce poate face profesorul

i. Să explice elevilor ce se întâmplă atunci când oamenii se supără. Evident că orice om se mai supără uneori. Profesorul poate împărtăși cu elevii momente în care el personal a recurs la time-out pozitiv și de ce ar face acest lucru și în alte ocazii.

ii. Să discute cu elevii despre time-out și locul lor ideal pentru el. Locațiile pot fi propuse atât de elevi cât și de profesor și pot include cărți, jucării de pluș, un CD portabil cu muzică de relaxare și liniștire.

iii. Să ajute elevii cu alcătuirea unui plan pentru time-out care să includă la un moment dat și un partener de ascultare (un coleg/prieten cu care să meargă la locul de time-out și care să-l asculte în timp ce povestește ce îl supără). Planul poate include și indicații de folosire a lui. Indicațiile trebuie să aibă în vedere posibilitatea ca unii elevi să se folosească de acest moment pentru a lipsi de la lecție sau pentru a se ocupa cu alte activități.

iv. Uneori o plimbare de 5 minute în aer liber poate fi utilă pentru liniștire.

- v. Să nu folosească time-out ca formă de pedeapsă; nu trebuie însoțit de vină, rușine sau durere; nu va cere elevului să se gândească la ce a făcut sau să scrie de 100 de ori „Nu mai...”.
- vi. Când un elev are un comportament nepotrivit sau este supărat, trebuie să se adreseze pe un ton calm și prietenos: *“Crezi că un time-out te-ar ajuta în acest moment?”* Elevii trebuie să înțeleagă rolul time-out-ului.
- vii. Dacă elevii nu doresc să folosească time-out-ul sau îl folosesc în scop greșit, se pune problema în agendă pentru a fi discutată cu toată clasa. Elevii vor fi stimulați să găsească soluții pentru această problemă. Time out-ul pozitiv este doar o metodă de încurajare a elevului și este și mai eficientă când elevul este întrebat dacă consideră că asta îi va fi de ajutor.
- viii. Să folosească time-out-ul pozitiv și când are nevoie el personal.

1.2.15. Timp special

Timpul special este o ocazie care îi ajută pe elevi să dobândească un sentiment de apartenență și însemnătate, acesta fiind mai apoi reflectat în comportamentul lor. A petrece timp special cu elevii poate fi uneori mai eficient în schimbarea comportamentului neadecvat pentru că poate ajuta copilul să simtă că aparține și că este important iar aceasta elimină nevoia de a se comporta urât.

Sugestii pentru profesor:

- i. Să analizeze definiția proprie legată de ceea ce înseamnă timp special.
- ii. Poate programa câteva minute pentru un elev pentru a-l întreba despre familia lui sau ceea ce îl interesează etc. Această preocupare îl face pe elev să se simtă special și că aparține. Profesorul poate să împărtășească la rândul lui interese sau activități care îi fac plăcere.
- iii. În timpul unei teme de lucru date la clasă, profesorul poate chema câte un elev să stea la catedră, ocazie cu care poate conversa.

iv. Să stimuleze completarea de către elevi a jurnalului clasei cu vești personale.

v. Să participe la activități extracurriculare, pentru că acestea pot avea un impact pozitiv asupra elevilor.

Iată o mărturie a unui dascăl (Nelsen et al, 2016):

“Am decis să încerc conceptul de timp special cu elevii mei. Ca să văd dacă face vreo diferență, am planificat să îl folosesc în două clase, în alte două clase să nu îl folosesc, iar în a cincea clasă să acord timp special doar la jumătate de clasă. Deoarece am mulți elevi, mi-a luat o jumătate de semestru ca să mă întâlnesc cu fiecare din elevii celor două clase și jumătate. Am îndeplinit acest lucru chemându-i să stea lângă mine, câte unul, în timpul muncii individuale. Am petrecut doar două-trei minute cu fiecare elev, întrebându-l sau întrebând-o despre interesele lor, țeluri sau posibile nevoi. Am observat o diferență distinctă între clasele în care elevii au primit timp special și cele în care elevii nu au primit timp special. În clasele în care elevii au petrecut timp discutând individual cu mine, era o atmosferă de respect și cooperare. Un lucru interesant s-a petrecut în clasa în care am făcut interviuri individuale doar cu jumătate dintre elevi, fiecare elev care nu a primit timp special m-a întrebat: Când primesc și eu interviu? Acest lucru a fost suficient să mă convingă de valoarea petrecerii timpului cu toți elevii mei chiar dacă era nevoie să fac asta tot semestrul”.

1.2.16. Întâlnirea clasei

Întâlnirea clasei este un proces care formează deprinderi necesare și ajută elevii să își satisfacă cea mai importantă nevoie dintre toate: cea de apartenență și însemnătate. Este una dintre cele mai puternice și eficiente unelte ale disciplinei pozitive.

Ce poate face profesorul:

i. Să organizeze zilnic ședințe cu clasa (15-30 de minute) pentru ca elevii să învețe.

ii. Să nu permită niciunui elev să folosească nici o formă de pedeapsă, învinuire sau să provoace jenă sau durere unul asupra celuilalt. Dacă se întâmplă acest lucru, ședințele cu clasa se opresc temporar și se reînvață deprinderile relevante. O altă abordare este

să pună întrebări redirectionate ca de exemplu: „Câți dintre voi cred că găsim soluții care îi ajută și încurajează pe ceilalți”? sau „Suntem aici ca să ne ajutăm sau ca să ne rănim reciproc”?

iii. Ședințele cu clasa presupun respectarea câtorva reguli: se stă în cerc; se organizează regulat (3-5 ori pe săptămână sau o dată la două săptămâni la liceu; încredere în proces și alocarea de timp în mod constant pentru ca elevii să învețe competențe pentru ședințe eficiente; înțelegerea faptului că rezolvarea de probleme similare pe termen îndelungat oferă oportunități de exersare a procesului ședinței; încrederea în abilitățile elevilor; respectarea rândului elevilor de a vorbi.

iv. Să aloce timp pentru a preda principiile unei întâlniri eficiente cu clasa. În Disciplina pozitivă la clasă, se vorbește despre Cele 8 cuburi ale unei întâlniri eficiente cu clasa. Acestea sunt: 1. formarea unui cerc; 2. complimente și aprecieri; 3. stabilirea unei agende; 4. dezvoltarea abilităților de comunicare; 5. învățarea despre realități separate; 6. joc de rol și schimb de păreri; 7. recunoașterea celor 4 motive pentru care oamenii fac ceea ce fac; 8. găsirea soluțiilor nonpunitive.

v. Să informeze părinții în legătură cu programul de disciplinare pozitivă în clasă, explicând beneficiile acestuia, atât cele academice cât și cele de viață.

vi. la o ședință cu părinții să ofere elevilor ocazia de a susține în fața părinților o întâlnire a clasei.

1.2.17. Ședințele cu părinții

Lărgirea conceptului de ședință prin includerea părinților, profesorilor și elevilor în discuție, în vederea colaborării pentru atingerea scopurilor comune. Uneori provoacă momente neplăcute, fiecare parte dând vina pe cealaltă pentru problemele/nerealizările copilului. Disciplina pozitivă la clasă pornește de la ideea că este nerespectuos față de elev să vorbești despre el, să fixezi țeluri sau să decizi pentru el, doar cu părintele și în absența lui, chiar dacă intenția este una bună. Este mai respectuos și eficient ca elevii să fie incluși în cercul discuției. Scopul întâlnirii profesor-părinte-elev este acela de a încuraja consolidarea unei relații de echipă care are aceleași scopuri.

Ce poate face profesorul:

- i. Să ofere aprecieri atât elevului cât și părintelui pentru participarea la ședință;
- ii. Să evidențieze beneficiile cooperării și a lucrului în echipă;
- iii. mai întâi să aducă în discuție lucrurile pe care elevul le-a făcut bine; primul invitat să vorbească despre asta este chiar elevul, apoi părintele și profesorul; fiecare spune câte ceva pozitiv;
- iv. Se discută apoi despre aspectele ce ar putea fi îmbunătățite; din nou se dă ocazia elevului să vorbească primul; elevii știu ce au de îmbunătățit și se simt mai în siguranță când ei sunt cei ce vorbesc despre acesta;
- v. Se abordează idei pentru a dezvolta și mai mult ceea ce merge bine și pentru a încuraja îmbunătățirea;
- vi. Se alege una dintre ideile propuse pentru a stimula ceea ce merge bine și o idee pentru încurajarea îmbunătățirii cu care toată lumea să fie de acord; se întreabă elevul care idee i se pare cea mai utilă.
- vii. Să se asigure că elevul este cu adevărat de acord cu soluția aleasă și nu spune că este de acord doar din dorința de a fi lăsat în pace.

În lumina acestor concepte cheie cu care operează disciplinarea pozitivă, comportamentele indezirabile ale copiilor se pot converti în oportunități de învățare atât pentru copii cât și pentru adulți și dezvoltă competențe de viață foarte importante.

1.3. Disciplinare pozitivă vs. pedeapsă

Educarea copiilor reprezintă unul dintre cele mai importante roluri pe care le are adultul, fie că este profesor sau părinte. Educarea eficientă este forma prin care copiii învață comportamente pozitive pentru tot restul vieții, îi ajută să crească și să se dezvolte într-un mod echilibrat și sănătos din punct de vedere emoțional și social. Procesul educației trebuie să se bazeze pe dezvoltarea încrederii în sine a copilului (Constantinescu M., 2015).

Disciplina nu este echivalentă cu pedeapsa, iar scopul ei pe termen lung este acela de „a învăța” copilul ce este controlul de sine și deprinderea limitelor, de a-l învăța pe ce cale să meargă, urmându-ne asemenea unui discipol, din iubire și convingere, nu din teamă și din durere. Disciplina nu este o metodă de „supunere” a copilului la regulile impuse de adult; poate include însă, impunerea unor penalități non-violente. Trebuie să avem mare grijă deoarece, dacă pedepsim copilul permanent, pentru orice mică greșeală, sau chiar pe nedrept, nu numai că nu-i vom îndrepta comportamentul, ci îl vom porni împotriva noastră (Constantinescu M., 2015).

Copilul va deveni violent cu cei din jur, îi va taxa de fiecare dată când greșesc și chiar se va obișnui cu pedepsele, care nu vor mai avea nici o eficiență în cazul lui. Când ne adresăm unui copil care a greșit, trebuie să facem distincția între comportamentul problematic, specific, pe care acesta urmează să îl schimbe sau să îl învețe, fără să utilizăm etichete care fac atac la persoană. Cu toate acestea, pedeapsa nu este o formă eficientă de disciplinare a copilului, pentru că ea elimină doar pentru moment un comportament nedorit al acestuia, nu îl învață cum să realizeze un comportament pozitiv constant.

Disciplinarea pozitivă a copilului constă în aplicarea unor principii esențiale și fapte (acțiuni), unele încurajatoare, iar altele corective. Ea se referă la modalitățile de stabilire a limitelor într-un mod ferm, dar plin de dragoste. Disciplinarea pozitivă recompensează comportamentul corect și pedepsește comportamentul greșit, încurajează respectul pentru copil, pentru individualitatea fiecărui copil, presupune înțelegerea nevoilor, a temperamentului și a obiceiurilor copilului, fără a încerca de a-l schimba excesiv (Constantinescu M., 2015).

Botiș (2004), realizează o comparație între cele două abordări, acestea fiind prezentate mai jos, după cum urmează:

Pedeapsa	Disciplinarea pozitivă
Pedeapsa se manifestă prin puterea autorității adultului, copilul fiind forțat să adopte un anumit comportament; adultul	Disciplinarea pozitivă exprimă o urmare firească a comportamentului indezirabil; implică drepturi egale și respect reciproc. Copilului i se oferă

Pedeapsa	Disciplinarea pozitivă
(de obicei părintele) se simte vinovat și responsabil pentru comportamentul copilului.	ocazia de a lua decizii și de a alege cum dorește să se deruleze acțiune; astfel, el devine responsabil de propriul comportament.
Pedeapsa este arbitrară fiind aplicată după bunul plac al adultului, fără a avea neapărat o legătură logică cu un comportament indezirabil.	Disciplinarea pozitivă este asociată în mod logic cu comportamentul indezirabil al copilului.
Pedeapsa se adresează persoanei, nu comportamentului și presupune judecarea morală a copilului, ceea ce poate duce la comportamentul de răzbunare din partea acestuia.	Disciplinarea pozitivă se adresează comportamentului, nu persoanei și nu implică judecata morală, ceea ce oferă copilului ocazia de a accepta ideea că s-a comportat într-un mod neadecvat și dorința de a face o schimbare.
Pedeapsa se focalizează pe comportamentele anterioare, adultul amintind constant copilului de greșelile anterioare. Copilul se va simți umilit și îi va fi teamă, iar aceasta poate deveni o piedică în învățarea unor comportamente noi, adecvate.	Disciplinarea pozitivă ajută copilul să învețe ceea ce ar trebui să facă într-o anumită situație, fără a-l face să se simtă umilit.
Pedeapsa amenință făptașul cu pierderea respectului sau a iubirii adultului. Copilul se va simți respins, mai ales dacă adultul încearcă să îl șantajeze în acest fel.	Disciplinarea pozitivă - adultul transmite copilului mesajul că este iubit, acceptat, apreciat etc, în ciuda comportamentului său indezirabil.

Pedeapsa	Disciplinarea pozitivă
Pedeapsa cere supunere și implică utilizarea forței; mesajul pe care îl primește copilul este acela că poate obține ceea ce dorește dacă se comportă într-o manieră dominatoare și agresivă cu cei din jurul său.	Disciplinarea pozitivă oferă copilului libertatea de alegere.
Pedeapsa poate încuraja comportamentul indezirabil mai ales atunci când copilul dorește să atragă atenția adultului (chiar și atenție negativă).	Disciplinarea pozitivă nu se focalizează exclusiv pe comportamentul-problemă ci stimulează și comportamentul dezirabil sau dorit.



APLICAȚIE PRACTICĂ 1

Identificați și prezentați, din propria experiență, situații în care ați aplicat pedepse și situații în care ați aplicat metode de disciplinare pozitivă, realizând o comparație între cele 2 situații, pornind de la rezultatele obținute, efectele pe termen lung, etc.

Mesaje cheie în disciplinarea pozitivă a copilului:

- Abordarea comportamentelor copiilor în manieră pozitivă reprezintă o modalitate concretă de prin care adultul își manifestă dragostea de aceștia;
- Abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor presupune să-i înveți iar apoi să-l încurajezi în manifestarea comportamentelor dezirabile;
- Este important ca adultul să seteze limite; acestea induc copilului un sentiment de siguranță;

- d. Valorile sunt importante și nu există pur și simplu în mintea copilului, ci sunt învățate gradual, prin încercări și experiențe;
- e. Atenția trebuie acordată copiilor în momentele în care ei se poartă într-o manieră dezirabilă, motiv pentru care nu au nevoie să recurgă la comportamente nepotrivite pentru a atrage atenția adultului;
- f. Atât strategiile de preventive cât și cele de intervenție sunt necesare în abordarea eficientă a comportamentelor indezirabile/provocatoare ale copiilor.

Lipsa pedepselor nu înseamnă că nu există disciplină și copilul este liber să facă orice dorește; atunci când copilul nu respectă regulile sau se comportă inacceptabil, este firesc să suporte anumite consecințe, diferența dintre consecințe și pedeapsă fiind aceea ce pedepsele rănesc iar consecințele educă. Consecințele sunt rezultatul firesc, logic al comportamentului copilului, în timp ce pedeapsa, adesea, nu are nimic în comun cu comportamentul neadecvat manifestat de copil.



APLICAȚIE PRACTICĂ 2

i. Gândiți-vă la câteva comportamente indezirabile/deranjante ale elevilor dvs. Completați în tabelul următor și analizați legătura dintre antecedent, comportament și consecință.

Antecedent	Comportament	Consecință

ii. Amintiți-vă de perioada când erați elev/ă.

- Ce metode de disciplinare foloseau profesorii la clasă?
- Cum vă simțeai (se simțeau elevii) după aplicarea respectivelor metode de disciplinare?
- Se îmbunătățea comportamentul în urma aplicării acelei metode de disciplinare?
Dacă da, pentru cât timp?
- După părerea dvs, ce a funcționat bine atunci? Ce nu a funcționat bine?
- Cum ați fi dorit să fiți tratat/ă de profesorii de la clasă?
- Cum a fost influențată stima dvs de sine de acele metode de disciplinare?
- Care dintre acele metode vi se par eficiente și pe care dintre ele le utilizați în activitatea de la clasă?

1.4. Nevoi care motivează comportamentul copilului

Comportamentul copilului este motivat întotdeauna de o nevoie. Aceste nevoi se pot referi la supraviețuire (hrană, haine, locuință, igienă etc), nevoi sociale (educație, școală), menținerea sănătății (controale medicale, vaccinări, tratamente medicale în caz de îmbolnăvire, alimentație sănătoasă etc) și nevoi emoționale.

Nevoile emoționale sunt următoarele:

DRAGOSTE	copiii au nevoie să fie iubiți necondiționat, tot timpul; manifestarea dragostei adultului față de copil se poate face în forma ascultării copilului când își exprimă gândurile și sentimentele, acordarea atenției când are nevoie, afecțiune și disciplinare pozitivă.
ONESTITATE	copiii au nevoie să se raporteze cu încredere la adulții din jurul lui, iar aceștia să fie sinceri și onești cu ei.
RESPECT	copilul trebuie tratat cu respect, ca o persoană valoroasă; el trebuie lăsat de către adult să facă alegeri, nu să-i fie impuse, ci să-i fie explicate de ce sunt necesare.
ÎNȚELEGERE	copilul are nevoie să fie înțeles, el trebuie ascultat fără a fi întrerupt, iar adultul să încerce să privească lucrurile prin ochii lui; această libertate ajută copilul să-și formeze o imagine de sine pozitivă și sănătoasă.
ACCEPTARE	copilul are nevoie să se simtă acceptat chiar și atunci când manifestă comportamente greu de acceptat; este important ca el să știe că este acceptat ca persoană și că ceea ce adultul respinge este comportamentul său nepotrivit.
RĂBDARE	adeseori adulții au așteptări foarte mari din partea copilului; sunt necesare: multă răbdare, explicații și exersare pentru ca copilul să dobândească anumite comportamente.

CORECTITUDINE	copiii trebuie să fie familiarizați cu regulile, iar aplicarea lor să fie făcută în mod constant și cu consecvență.
CONSTANȚĂ	comportamentul adultului trebuie să fie constant în timp și în situații diferite; schimbarea frecventă a regulilor bulversează copilul, îl face să se simtă nesigur și îi transmite mesajul că respectarea regulilor nu este chiar atât de importantă.
TIMP	copilul are nevoie de atenția și timpul adultului.

În procesul disciplinării pozitive este important să se caute nevoile ce stau la baza comportamentelor indezirabile ale copilului, să se caute modalități adecvate de îndeplinire a acelor nevoi astfel încât comportamentul neadecvat să poată fi eliminat.

Comportamentele umane se învață. Copilul învață comportamente prin (Petrovai, D.):

- a. **observarea adulților sau a celorlalți copii:** de exemplu, un copil învață cum să se spele pe dinți observând părintele face acest lucru;
- b. **prin imitarea comportamentelor celorlalți:** de exemplu, un copil învață să spună « mulțumesc după ce primește ceva dacă și adultul face același lucru de fiecare dată când primește ceva;
- c. **prin modelul oferit de adulți sau ceilalți copii:** de exemplu, un copil învață cum să se joace cu mingea prin modelul oferit de un alt copil sau de către părinte;
- d. **prin consecințele pe care un comportament le are:** de exemplu, un copil alege un produs alimentar dacă după ce l-a gustat i-a plăcut, consecința (plăcerea gustului) îi determină să ceară din nou acel produs; sau un copil alege să se joacă cu un alt copil pentru că acesta din urmă împarte jucăriile cu el; comportamentul „îl întreb pe Mihai dacă se joacă cu mine” este urmat de consecința „se joacă cu mine și împarte jucăriile”, ceea ce face ca și altă dată să fie interesat să meargă să se joace cu Mihai.



APLICAȚIE PRACTICĂ 3

i. Identificați și observați un comportament pe care doriți fie să îl mențineți fie să îl reduceți. Urmăriți și completați următoarea grilă de observație (după Petrovai, D.).

a. când apare un comportament problematic, în ce moment apare comportamentul?	...
b. unde apare comportamentul/în ce context, situație?	...
c. cine se află în prezența copilului când manifestă un comportament?	...
d. cum se manifestă comportamentul?	...
e. care este reacția adulților sau a celorlalte persoane din prezența copilului după ce copilul a realizat comportamentul respectiv?	...

ii. **Inventarul calităților elevilor mei.** Realizați un inventar al calităților elevilor dvs de la clasă. Care sunt calitățile pe care le apreciați cel mai mult și de ce?

Calitate	De ce o apreciez
1 ...	1 ...
2 ...	2 ...
3 ...	3 ...
...	...



EVALUARE 1

Realizați un eseu de o pagină pe tema: “de ce disciplinarea pozitivă este importantă pentru copil”?

CAPITOLUL 2.



Factori de risc în apariția, dezvoltarea și menținerea problemelor de comportament

Factorii de risc sunt cei care favorizează apariția și menținerea comportamentelor indezirabile, în timp ce factorii de protecție reprezintă elemente tampon care fie blochează, fie reduc foarte mult riscul de apariție a problemelor comportamentale. Între cele două categorii de factori nu există o relație cauzală. De exemplu, un copil care prezintă mai mulți factori de risc poate să nu manifeste probleme de comportament, în timp ce un copil care nu prezintă factori de risc majori poate manifesta aceste probleme.

Factori de risc:

- a. Factori de risc intrapersonali-diferențele interindividuale;
- b. Factori de risc interpersonal-și țin de mediul educațional, familial și relațiile cu grupul de colegi/prieteni.

2.1. Factori de risc legați de diferențele inter-individuale

Studiile au arătat că diferite contexte familiale și sociale determină diferențe inter-individuale în modul de manifestare a problemelor de comportament. Cercetările au mai evidențiat și rolul pe care temperamentul, ca o caracteristică înăscută, îl are în comportamentul copilului.

Studiile de psihologia dezvoltării au evidențiat existența unei legături între temperamentul copilului și abilitățile ulterioare de auto-reglare emoțională pe care acesta le va manifesta ulterior. Astfel, a fost demonstrată o corelație strânsă între problemele comportamentale/de conduită și o tipologie temperamentală numită *temperament dificil*.

Temperamentul dificil include o serie de caracteristici precum: nivel ridicat de activitate, în special mișcare, impulsivitate, iritabilitate, predominarea emoțiilor negative, reactivitate emoțională, probleme de concentrare a atenției și adaptare dificilă la schimbările de mediu.

Existența la copil a temperamentului dificil, îl predispune la deficite în formarea și dezvoltarea competențelor socio-emoționale, manifestate prin aspecte precum:

- a. dificultăți în gestionarea furiei și exprimarea frecventă a emoțiilor negative în relaționarea cu ceilalți,
- b. deficit de comportamente prosociale (datorită percepțiilor greșite privind presupusa ostilitate a celor din jur),
- c. dificultăți în negocierea și soluționarea amiabilă a conflictelor.

Toate aceste deficite socio-emoționale predispun copilul la manifestarea unor probleme de comportament.

2.2. Factori de risc legați de mediul școlar

În mediul școlar, este foarte importantă atitudinea cadrelor didactice față de copilul cu probleme de comportament întrucât poate influența evoluția acestor probleme, în sensul potențării sau dimpotrivă, a reducerii riscului de manifestare a unor comportamente neadecvate. Atitudinile excesiv de critice ale cadrelor didactice precum și strategiile inadecvate de disciplinare pot favoriza manifestările comportamentale neadecvate.

Principalii factori de risc legați de mediul educațional sunt:

a. Atenția acordată comportamentelor nedorite/indezirabile

Comportamentele inadecvate ale copiilor în general tind să atragă în mai mare măsură atenția adulților comparativ cu comportamentele adecvate. De cele mai multe ori, profesorii sunt tentați să acorde atenție și să reacționeze negativ la comportamentele indezirabile ale copiilor, strategie care și-a dovedit din plin lipsa de eficiență. Cu cât adulții accentuează ceea ce copiii nu fac bine, cu atât reacțiile acestora sunt mai defensive, întrucât că se simt nedreptățiți. Comunicarea deficitară cadrelor didactice cu copilul, încurajează de fapt comportamentele negative ale acestuia. Din perspectiva

disciplinării pozitive, o alternativă eficientă ar fi aceea de identificare a comportamentelor adecvate ale copilului și laudarea/recompensarea acestora.

b. Lipsa de consecvență a cadrului didactic

Toți copiii au nevoie de un mediu structurat, cu reguli și expectanțe clare referitoare la comportamentul lor, iar copiii cu probleme comportamentale nu fac excepție în această privință. De aceea, cadrele didactice trebuie să stabilească reguli clare de comportament, pe care să le aplice apoi în mod consecvent. Atunci când regulile sunt clare și aplicate cu consecvență, copiii primesc mesajul că există limite privind comportamentul lor și învață ce este acceptabil sau nu din punct de vedere social. Stabilirea unor sancțiuni pentru comportamentele indezirabile și aplicarea lor consecventă transmit mesajul că respectivele comportamente nu sunt acceptabile și reduc frecvența lor. Dimpotrivă, lipsa de structură și inconsecvența transmit copiilor mesaje confuze, contribuind astfel la menținerea problemei.

c. Comunicarea neadecvată a criticilor și etichetarea elevilor problematici

Cercetările au arătat că modul în care cadrele didactice comunică cu clasa are un impact puternic asupra copiilor. Etichetările și criticile (*“Iar nu ești atent!”* sau *„Ești nesimțit!”*), generează la copiii considerați problemă sentimente negative, neîncredere în profesor precum și refuzul de a coopera.

Primul pas în obținerea complianței copilului de către profesor, este acela de a câștiga încrederea copilului. Comunicarea cu clasa este și ea extrem de importantă, ea afectând percepția pe care ceilalți copii o au asupra copilului care creează probleme. Copiii cu probleme de comportament sunt adesea marginalizați de către colegi, fapt încurajat de multe ori și de atitudinea pe care o are cadrul didactic față de aceștia. Atunci când profesorul atrage atenția asupra aspectelor negative ale comportamentului copilului, el/ea transmite celorlalți copii mesajul indirect că acel copil nu se ridică la nivelul așteptărilor sale, ceea ce poate conduce la marginalizarea lui și la dificultăți de relaționare cu colegii. În schimb recunoașterea meritelor copilului cu probleme de comportament, facilitează acceptarea acestuia de către grup și îmbunătățirea relațiilor

cu colegii. Astfel, acești copii încep să se simtă apreciați și acceptați, fapt care în multe cazuri poate reprezenta o sursă de compensare a unor situații familiale dificile (abuz fizic, emoțional, violență domestică etc).

d. Insuficientul accent pe dezvoltarea abilităților sociale și emoționale

Dezvoltarea abilităților sociale și emoționale reprezintă o abordare care și-ar putea dovedi eficiența pe termen lung, în special dacă aplicarea ei începe de la vârste timpurii. Dezvoltarea acestor abilități trebuie începută în familie și continuată în mediul școlar prin programe educaționale specifice.



APLICAȚIE PRACTICĂ 4

- i. Transformați mesajele de mai jos în mesaje pozitive, care să arate indice copilului comportamentul pozitiv așteptat de la el.
- ii. Completați lista cu mesaje pe care le-ați folosit chiar dvs. în relația cu elevii:

a. "nu arunca"	...
b. "nu fugi"	...
c. "nu striga"	...
d. "nu împinge"	...
e. "nu atinge"	...
...	...

2.3. Factori de risc legați de mediul familial

2.3.1. Strategii de disciplinare deficitare

Adesea problemele comportamentale apar pe fondul unor strategii parentale de disciplinare deficitare. Astfel, un stil punitiv, bazat pe criticarea excesivă a copilului și pe pedeapsă (uneori

chiar pedeapsa fizică), influențează negativ relația copil-părinte și induce copilului ideea că nu este iubit și acceptat. Adeseori copilul preia modelul comportamental al membrilor familiei. Un alt stil de disciplinare ineficient, ce poate duce la comportamente negative, este inconsecvența. Dacă același comportament uneori este sancționat iar alteori ignorat, copilul nu va ști ce se așteaptă de fapt de la el. Confuzia va genera frustrare care la rândul ei va genera reacții emoționale negative, în special furia. Dimpotrivă, un stil de disciplinare pozitivă axat pe stimularea comportamentelor adecvate și laudarea lor, exprimarea într-o manieră calmă, însoțită de explicații a dezaprobării față de comportamentele indezirabile, consecvența în sancționarea acestor comportamente, pot ajuta la prevenirea comportamentelor negative.

2.3.2. Controlul excesiv

Controlul parental este modul în care părinții comunică copilului ce așteptări pe care au de la el. Părinții care obișnuiesc să-și exprime așteptările pe care le au sub formă de comportamente specifice (*“Te rog să începi să îți faci tema la geografie”*), se confruntă mai rar cu comportamentul noncompliant al copiilor. În schimb acei părinți care impun anumite comportamente fără a oferi copilului explicații, generează adesea comportamente de neascultare și sfidare. Tendința de control excesiv a fost remarcată mai frecvent la părinții ai căror copii prezintă caracteristici ale temperamentului dificil.

2.3.3. Lipsa de monitorizare

Monitorizarea sau supravegherea parentală, ce presupune timp petrecut împreună, implicare și interes pentru activitățile copilului, ajută la formarea și consolidarea unei relații pozitive, bazată pe încredere cu acesta. Pe măsură ce copilul crește, monitorizarea se modifică destul de mult. Astfel, dacă preșcolarii au nevoie de monitorizare parentală pentru învățarea și exersarea comportamentelor pozitive, preadolescenții în schimb au nevoie de mai multă autonomie. Monitorizarea parentală dă copilului un sentiment de încredere, siguranță și stabilitate. Copiii care stau mult timp singuri, nesupravegheați capătă o independență prematură pe care adesea nu știu să o folosească adecvat. În multe cazuri, lipsa monitorizării parentale se asociază cu alte probleme familiale ca de exemplu violența domestică, abuzul de substanțe sau probleme emoționale/psihice ale părinților. Un risc major al lipsei de monitorizare parentală o reprezintă

riscul crescut de dezvoltare în perioada adolescenței a unei tulburări de conduită, asociate cu delincvența juvenilă.

2.3.4. Atitudinea părinților față de reacțiile emoționale negative ale copiilor

Modul în care reacționează părinții la emoțiile copiilor, influențează modul în care ei învață să își gestioneze aceste reacții emoționale. Părinții hipercritici (*“Nu mai plânge ca o fată”*) sau cei care minimalizează reacțiile emoționale ale copiilor (*„Nu ai de ce să fii furios”*), transmit copilului mesajul că anumite emoții nu sunt potrivite, sau că este greșit să le simtă. Copilul trebuie să aibă posibilitatea de a-și exprima propriile emoții iar părinții ar trebui să nu inhibe ci să faciliteze acest proces și să identifice modalități pozitive de exprimare emoțională. Copiii care primesc astfel de oportunități de învățare sunt mai bine pregătiți să facă față conflictelor și să le gestioneze fără agresivitate, frustrare sau furie, și sunt mai echilibrați emoțional și mai bine adaptați social.

Nu mai puțin important este și modul în care părinții înșiși își gestionează propriile emoții. Dacă părinții exprimă în interacțiunile cu copiii mai ales emoții negative, și aceștia vor manifesta aceste emoții negative în relațiile cu ceilalți. În schimb dacă părinții încurajează manifestarea emoțiilor pozitive prin interacțiuni calde în familie, vor fi facilitate comportamentele prosoziale ale copilului.

2.4. Factori de risc legați de grupul de colegi/prieteni

Studiile au arătat că relațiile de prietenie reprezintă o importantă sursă de suport social, influențează pozitiv dezvoltarea competențelor social-emoționale, contribuind la însuși starea de sănătate emoțională a copilului. Copiii care leagă relații de prietenie au mai multă încredere în ei înșiși, sunt mai echilibrați emoțional și chiar obțin rezultate școlare mai bune. Copiii care manifestă frecvent emoții negative și au dificultăți în gestionarea furiei și agresivității, au o imagine negativă în ochii celorlalți, se fac mai puțin plăcuți și sunt adesea respinși și marginalizați de către colegi. Ei tind să se apropie de alți copii marginalizați, copii cu probleme de comportament asemănătoare. Acest fapt favorizează persistența comportamentului neadecvat, întrucât acești copii sunt expuși la modele de comportament negative și nu au posibilitatea de a

învăța comportamente adecvate de la colegii lor care manifestă strategii adecvate de relaționare cu ceilalți.

Eșecul în a stabili relații interpersonale pozitive în mediul școlar duce la neimplicarea în activitatea de învățare și deci la performanțe școlare scăzute. Respingerea, marginalizarea copilului cu probleme de comportament duc la stimă de sine scăzută, neîncredere în sine, încurajează izolarea și favorizează interpretarea comportamentelor celorlalți în termeni de ostilitate. Respingerea de către colegi în perioada copilăriei reprezintă un factor de risc important pentru apariția unor tulburări emoționale la vârsta adultă.



APLICAȚIE PRACTICĂ 5

Argumentați într-o pagină următoarea afirmație, oferind exemple:

„Experiențele de învățare pozitive din mediul școlar, pot ajuta la prevenirea problemelor de conduită ale elevilor.”



EVALUARE 2

Realizați un eseu de o pagină pe tema: *“cum vrem să fie copilul când va crește?”*



CAPITOLUL 3.

Comportamentele indezirabile. Stadii ale disciplinării

Nu există o definiție universal acceptată a comportamentului indezirabil. Comportamentul este definit ca acceptabil sau nu într-un anumit context social și este configurat de mediul mai larg în care oamenii interacționează unii cu ceilalți. Comportamente provocatoare au următoarele caracteristici:

- a. interferează cu activitatea de învățare a elevului însuși sau a altor elevi;
- b. afectează în diferite grade funcționarea școlară a copilului;
- c. vin în opoziție cu dreptul celorlalți elevi și a profesorilor la un mediu de învățare ordonat și sigur;
- d. au durată, frecvență și intensitate mare;
- e. persistență în timp.

3.1. Tipuri de comportamente deranjante

Tipurile de comportamente deranjate pot include:

- a. comportamentul agresiv - împingere, lovire, mușcare, ciupire, zgâriere etc
- b. comportamentul disruptiv - țipete, crize de furie, abuz verbal, non-cooperare, fuga
- c. certurile, bârfa, insultele
- d. comportamentul sfidător, lipsa de respect la adresa profesorului
- e. chiulul, întârzierea, refuzul de a realiza sarcina de lucru, teme nefăcute, eșecul școlar
- f. deranjarea orei, întreruperile, comportamentul hiperactiv

- g. minciuna, procrastinarea etc.

Mai jos sunt detaliate unele dintre cele mai frecvente comportamente deranjante care pot fi întâlnite în mediul școlar și metode de disciplină pozitivă ce pot fi aplicate pentru abordarea și gestionarea acestora.

3.1.1. Bătaia

Ce poate face profesorul:

- a. Time-out pentru ca elevii să aibă posibilitatea să se liniștească.
- b. Dacă elevii doresc ajutor, pot primi opțiunea de a sta împreună pentru a rezolva problema, iar profesorul poate face parte și el din acest proces.
- c. Se învață elevii cei patru pași de rezolvare a problemelor.
- d. O modalitate de abordare este prin punerea de întrebări de genul *cum* și *ce*. După ce elevii se liniștesc sunt întrebați: „Ce s-a întâmplat”? „Ce a cauzat situația”? „Cum crezi că s-ar putea rezolva problema”? „Cum te simți în legătură cu acest lucru”? „Ce ai învățat din această experiență”? „Ce idei ai pentru a rezolva problema”? „Cum poți folosi lucrurile învățate pentru a preveni problema pe viitor”? Uneori poate fi util ca elevii să noteze răspunsurile la aceste întrebări pentru a gândi un pic lucrurile înainte ca problema să fie discutată.
- e. Se intervine între combatanți și sunt întrebați dacă doresc să pună problema în agenda întâlnirii clasei. În timpul acestor întâlniri, elevii se pot simți auziți cu adevărat și învață să caute soluții non-punitive.
- f. Bătaia reprezintă și ea o ocazie de învățare. Elevii pot fi învățați că există și modalități pline de respect de a rezolva un conflict, prin dezvoltarea abilităților social-emoționale, a abilităților de rezolvare a problemelor, familiarizarea elevilor cu pașii rezolvării problemelor:
 - i. ignoră-distragerea de la conflict prin găsirea unei noi forme de activitate;

- ii. discutarea problemei într-o manieră respectuoasă-fiecare parte implicată spune cum se simte, recunosc contribuția pe care fiecare o are la problemă, opțiuni de rezolvare a problemei;
 - iii. căderea de acord asupra unei soluții-ambii să-și ceară scuze sau să participe la un proiect comun pentru a se putea cunoaște mai bine;
 - iv. să ceară ajutor dacă nu pot ajunge la o soluție, să noteze problema în agenda pentru întâlnirile cu clasa.
- g. organizarea unor jocuri de rol despre conflicte pentru care să găsească soluții
 - h. apelul la elevi-mediatori, dacă există în școala respectivă

3.1.2. Bârfa

Bârfa este un mod prin care oamenii încearcă să se simtă ei bine dând vina pe alții. Ce poate face profesorul:

- i. Să includă problema în agenda clasei.
- ii. Elevii sunt invitați să spună cum se simt atunci când sunt bârfiți.
- iii. Elevii sunt invitați să găsească modalități alternative pentru a se simți importanți.
- iv. Să dezvolte la elevi deprinderea de a face aprecieri și complimente sincere, să se focuseze pe aspectele pozitive ale altor persoane.
- v. Dezvoltarea la elevi a deprinderii de a se ajuta unul pe celălalt, în loc de a se răni reciproc.

3.1.3. Bosumflarea

Ce poate face profesorul:

- i. Elevul îmbufnat nu trebuie să fie certat sau umilit.
- ii. Asumarea responsabilității de către profesor privind ceea ce ar fi putut face ca să producă bosumflarea (comportament prea prea autoritar; elevii nu se simt ascultați și luați în serios).

- iii. Dacă elevul încearcă să manipuleze, este abordat astfel: *„Știu că ești dezamăgit dar am încredere că vei rezolva problema”* sau *„Îți simt împotrivirea. Este ceva ce am putea discuta împreună sau cu toată clasa în timpul unei întâlniri”?*). Atunci când situația este abordată cu demnitate și respect, elevul poate ajunge singur la concluzia că bosumflarea nu este eficientă.
- iv. Verbalizarea de către profesor a sentimentelor care au condus la bosumflare: *„Știu că te simți dezamăgit și supărat, și eu mă simt la fel când lucrurile nu merg așa cum îmi doresc eu”*. Comportamentul elevului se poate modifica doar pentru simplul fapt că sentimentele lui au fost recunoscute.
- v. Se oferă elevului opțiuni limitate: *„Știu că ești supărat, dar tot trebuie să punem caietele la loc. Cum îți e mai simplu, să începi să așezi caietele singur sau îți alegi un coleg care să te ajute”?*
- vi. În cadrul întâlnirii cu clasa se poate discuta despre dezamăgirea pe care o simțim atunci când lucrurile nu merg așa cum ne-am dori. Se cere părerea elevilor despre modalități prin care ar putea face față acestui lucru și cum și-ar putea susține colegii aflați în această situație.
- vii. Organizarea unor jocuri de rol prin care elevii să experimenteze modalități de a face față dezamăgirii.
- viii. Se abordează elevul bosumflat între patru ochi și se convine împreună cu el asupra unui gest/semnal (de exemplu clipit din ochi) pe care să îl dea atunci când este bosumflat.

3.1.4. Cearta

Cearta are la bază trei motive principale:

- i. nevoia de a ascunde anumite sentimente de neapartenență (un mecanism de apărare);
- ii. lipsa abilităților de comunicare;
- iii. lipsa capacităților de rezolvare a problemelor.

Ce poate face profesorul:

- i. Time-out pozitiv pentru a se calma și a putea apoi discuta problema într-o manieră respectuoasă.
- ii. Facilitarea unei discuții între elevii implicați (exprimarea sentimentelor și a dorințelor în mod verbal, direct, și căutarea unor soluții).
- iii. Dacă elevii nu reușesc singuri să ajungă la o înțelegere, sunt sfătuiți să noteze problema în agenda clasei.
- iv. Dacă cearta este cu profesorul:
 - a. se ascultă elevul cu atenție și i se reflectă sentimentele și afirmațiile, pentru ca amândoi (elevul și profesorul) să înțeleagă ce anume îl deranjează;
 - b. dacă profesorul este prea supărat, poate să-și exprime sentimentele, sau să ia un timp pentru a se liniști;
 - c. notează problema în agenda pentru întâlnirea cu clasa;
 - d. pentru a evita o luptă de putere se poate lăsa elevul să aibă ultimul cuvânt.
- v. Întâlnirile cu clasa trebuie organizate în mod regulat pentru ca fiecare elev să aibă sentimentul de apartenență la grup și pentru a putea exercita competențe de comunicare și de rezolvare a problemelor.
- vi. Abordarea problemei certurilor la întâlnirile cu clasa: de ce se ceartă oamenii, ce gândesc și simt în timpul certei, tipuri de reacții pe care le pot avea. Se exersează cu elevii tipuri de răspunsuri mai respectuoase și sănătoase prin folosirea mesajelor de tip eu.
- vii. Se discută cu elevii despre scopurile greșite ale comportamentului neadecvat. Se propun modalități adecvate de obținere a atenției, moduri pozitive de a utiliza puterea și moduri de gestionare a sentimentelor rănite și cum să caute ajutor.

3.1.5. Chiulul

Un elev poate chiuli din multe motive: pentru a se relaxa, a evita un coleg cu care are probleme, a se distra cu alți colegi, pentru a evita un test sau să fie ascultat la o materie pentru care nu s-a pregătit, probleme acasă etc.

Ce poate face profesorul:

- i. Profesorul nu trebuie să ia chiulul ca pe o ofensă personală. Trebuie evitate răspunsuri de tip sarcasm, umilire, amenințări etc. Ceea ce profesorul hotărăște, trebuie să pună în aplicare cu respect și demnitate.
- ii. Să își facă timp pentru a discuta problema cu elevul care chiulește. Să pună întrebări precum *ce* sau *cum* „Ce încercă să demonstrezi prin chiul”?, „Ce te-a făcut să chiulești”?, „Ce simți în legătură cu consecințele”, „Ce ai învățat din această experiență”?
- iii. Se ia în considerare că scopul chiulului poate fi obținerea atenției, puterea, răzbunarea sau dorința de a fi lăsat în pace. Dacă scopul din spatele comportamentului este puterea, energia elevului va fi redirecționată spre scopuri constructive; i se poate solicita ajutorul i se pot solicita idei. Dacă nu colaborează, i se pot prezenta opțiuni limitate care fac parte din politica școlii. Elevului i se poate da dreptul de a lua decizii (“Nu crezi că ar fi interesant să vedem ce decizie vei lua”?). Dacă scopul din spatele comportamentului este răzbunarea, probabil avem de a face cu un elev rănit. În acest caz, empatia e o bună abordare. Se poate discuta cu elevul, dacă și el dorește acest lucru. Dacă nu poate sau nu vrea să discute despre sentimentele lui, profesorul întreabă elevul dacă dorește să asculte în timp ce el, profesorul, face presupuneri. O altă modalitate de a iniția un dialog este de a relata o poveste a unui moment în care profesorul s-a simțit rănit și cum a acționat. Dacă scopul din spatele chiulului este acela de a fi lăsat în pace trebuie căutat o mică atracție care l-ar putea aduce din nou la școală (să fie tutor pentru elevi mai mici), să fie încurajat și să i se arate încredere.
- iv. Regulile privind chiulul trebuie discutate cu toți elevii clasei.
- v. Regulile trebuie implementate cu consecvență; nu se trec cu vederea *infractionile* elevilor buni și nici nu ne *năpustim* asupra elevilor considerați problematici.

3.1.6. Comportament nerespectuos

Ce poate face profesorul:

- i. Când apare un comportament nerespectuos, prima dată ne gândim la sursa lui; poate fi datorită faptului că copilul este tratat nerespectuos de către adulții din viața lui (nu au un exemplu).
- ii. Respectul de sine al profesorului este de asemenea important; dacă profesorul permite pasiv unui elev să rândească sau să fie sarcastic, nu prezintă un model de respect pentru elev. El trebuie să se adreseze elevului pe un ton calm, să-i reamintească regula privind comportamentul respectuos (discutat cu clasa).
- iii. Profesorul trebuie să fie un exemplu de comportament politicos; să utilizeze modalități respectuoase de a aborda elevii și să le permită acestora să exerseze acest tip de comportament.
- iv. Profesorul trebuie să încurajeze elevii, spunându-le că observă eforturile lor în practicarea noului comportament. Să fie specific: *“Alina, i-ai explicat lui Andrei cât de enervant a fost pentru tine....Acest lucru arată respect pentru Andrei, dar în același timp și pentru propriile tale nevoi”*.
- v. Să utilizeze *Tabelul Scopurilor Greșite* pentru a decoda corect comportamentul. Astfel profesorul poate alege cea mai bună modalitate de a răspunde.
- vi. Să practice respectul reciproc (respectă propriile nevoi, dar și pe cele ale elevului).
- vii. Să -și facă timp pentru a se conecta cu elevii (este ușor să fii nerespectuos cu cineva pe care îl percepi ca pe simplu obiect al controlului, și este greu să fii lipsit de respect față de cineva care este important pentru tine sau care te percepe ca important pentru el/ea). Disciplina pozitivă, prin alocarea de timp pentru a face complimente, aprecieri și încurajări, contribuie la atmosfera de respect reciproc în clasă.
- viii. Tema comportamentului respectuos, respectiv nerespectuos, poate fi abordată în cadrul întâlnirilor cu clasa. Elevii pot concepe un plan legat de ex de modalități concrete prin care își pot arăta respectul unul față de altul.
- ix. Organizarea unor jocuri de rol legate de ambele tipuri de comportamente, elevii sunt puși în situația de a juca ambele roluri, de a exprima sentimentele simțite în ambele situații.

- x. Dezvoltarea unei atmosfere de încredere astfel încât elevii să vadă că profesorul este interesat nu atât de identificarea și pedepsirea celor care s-au purtat urât, ci de găsirea unor soluții.

3.1.7. Copiatul

Ce poate face profesorul:

- i. Să identifice scopul greșit care stă la baza copiatului (unii elevi consideră că nu au valoare dacă nu fac bine la teste; alții se tem de pedeapsă; alții cred că vor dezamăgi; alții sunt motivați de recompense din partea profesorilor și părinților, fiind motivați să le obțină etc).
- ii. Să vorbească direct cu elevul care copiază, între patru ochi („*Am observat că ai copiat la test*”; apoi este cooptat pentru a găsi împreună o soluție).
- iii. Să intervină imediat ce observă că un elev copiază.
- iv. Să discute împreună cu elevul să identifice scopul comportamentului acestuia.
- v. Să pună în aplicare regulile clasei privind copiatul (regulile să fie rezonabile); mulți profesori scad nota și spun elevului că au încredere că se va descurca mai bine în următoarea ocazie.
- vi. Să nu ofere recompense pentru note mari la teste, elevii trebuie să înțeleagă valoarea intrinsecă a muncii lor.
- vii. Să pună accent pe strategii ce elimină competiția (elevii să se testeze unii pe alții când sunt pregătiți, la subiecte ce necesită memorare, teste cu cărțile deschise, să dea subiecte la test înainte pentru a ști ce să învețe).
- viii. Să stimuleze colaborarea și munca în echipă.
- ix. Discuții cu elevii despre beneficiile pe termen lung a lucrurilor pe care le învață.
- x. Discuție cu clasa despre copiat, despre efectele pe termen lung ale acestuia („*Ce credeți că determină oamenii să copieze*”?, „*Ce simțiți în legătură cu acest lucru*”?, *Ce învățați*

atunci când copiați”?, „Ce presiuni primiți de la părinți/profesori care vă determină să copiați”?).

- xi. Să caute împreună soluții pentru copiat.
- xii. Stabilirea unor reguli clare privind copiatul.

3.1.8. Deranjarea orei

Elevii care caută putere sau răzbunare sunt foarte deranjați; puterea pe care ei o obțin poate fi folosită pentru a sfida profesorul sau a-i atrage și pe alții în acel tip de comportament; răzbunarea poate fi îndreptată împotriva altor persoane sau a bunurilor acestora.

Ce poate face profesorul:

- i. Dacă întreaga clasă este deranjantă, este posibil ca elevii să se simtă descurajați de către adulți care încearcă să exercite un control prea puternic, care nu au încredere în abilitățile elevilor și nu îi tratează cu respect.
- ii. Dacă scopul este obținerea atenției, profesorul trebuie să redirecționeze elevul către activități constructive.
- iii. Dacă scopul este obținerea puterii, profesorul trebuie:
 - a. să verbalizeze ceea ce se întâmplă (*„Văd că suntem într-o luptă pentru putere. Chiar am nevoie de ajutorul tău pentru a rezolva această situație. Ai vreo idee despre ce ar putea funcționa mai bine”?*);
 - b. să folosească distragerea atenției prin recunoașterea nevoii de ajutor și să ofere imediat o opțiune (*„Am nevoie de ajutorul tău. Ce sarcină ai dori, să împarți fișele sau să ștergi tabla”?* Astfel folosirea puterii este redirecționată de la ceva deranjant la ceva util și dă elevului un sentiment de apartenență și contribuție);
 - c. dacă profesorul are nevoie de o perioadă de calmare, va spune adevărul (*„Văd că suntem într-o luptă pentru putere și sunt prea supărat ca să am de a face cu asta acum. Punem această problemă pe agenda clasei sau programăm o întâlnire pentru mai târziu ca să discutăm când ne simțim mai bine”?*)

- iv. Dacă profesorul se simte jignit când în urma încercării de a ajuta elevul reacționează printr-un comportament și mai jignitor, scopul este răzbunarea.
- v. Elevul poate fi abordat prin întrebări de genul: „*Mă simt rănit și acest lucru îmi spune că și tu ai putea fi rănit de ceva*”. Apoi se abordează elevul cu empatie. Se încearcă ghicirea motivului pentru care se simte rănit („*Vrei să vorbești despre asta*”?)
- vi. Se poate recurge la o perioadă de calmare.
- vii. Recurgerea la cei “**3 R**” ai recuperării: **Recunoaște**, **Reconciliază**, **Rezolvă**.
- viii. Abordarea comportamentului deranjant în cadrul întâlnirilor cu clasa.
- ix. Dezvoltarea abilităților social-emoționale și de rezolvare a problemelor, stimularea sentimentului apartenenței, să experimenteze apreciere din partea celorlalți.
- x. După perioada de calmare se poate discuta cu elevul.
- xi. Petrecerea de timp special cu elevii, pentru a-i cunoaște mai bine pe cei cu probleme - implicarea acestor elevi în activități de mediere a conflictelor între colegi de clasă etc.
- xii. Încurajarea permanentă a elevilor.

3.1.9. Eșec școlar

Prin eșec elevii pot încerca să obțină atenție specială, se pot răzbuna pe profesor sau părinți. Alteori, eșecul apare din teama că nu sunt perfecți și că acest lucru ar putea să fie observat de ceilalți.

Ce poate face profesorul:

- i. Să folosească încurajarea.
- ii. Să adreseze întrebări de tipul ce și cum („*Ce simți în legătură cu notele tale*”? „*Ce s-a întâmplat*”? „*Ai vreo idee de ce notele tale scad*”? „*Ce încerci să demonstrezi*”?).
- iii. Să ofere ajutor pentru îmbunătățirea notelor; astfel elevul simte că este important și că aparține. Profesorul poate încerca să găsească la elev lucruri plăcute, să-i arate apreciere și să-i arate că nu îl consideră un elev slab.

- iv. Dacă elevul are eșec din cauza lipsei de abilități, i se poate da voie să-și aleagă un prieten dintre colegii care se descurcă bine. Dacă problema continuă, este posibil ca elevul să aibă nevoie de ajutor specializat.
- v. Se poate aborda problema eșecului în cadrul întâlnirilor cu clasa.
- vi. Se stabilește întâlniri cu părinții elevului cu eșec, se încearcă cooptarea acestora în rezolvarea problemei.
- vii. Să comunice continuu cerințele pentru nota de trecere atât elevului cât și părinților.
- viii. Să ajute elevii să vadă de ce au nevoie pentru a reuși și cum pot face mici pași către succes.
- ix. Să identifice scopul comportamentului și să facă un plan împreună cu elevul, care să funcționeze pentru amândoi.
- x. Să aprecieze orice îmbunătățire, oricât de mică pe care o înregistrează elevul.

3.1.10. Insulte

Ce poate face profesorul:

- i. Se cere elevilor care s-au insultat unii pe alții să adune informații privind numărul momentelor în care fie au insultat ei înșiși, fie au fost insultați. Astfel, elevii adună informații obiective și-și formează o perspectivă obiectivă. De exemplu: „A mă insultă mereu”; „Cât de des înseamnă mereu? O dată pe zi/oră/minut”? Astfel elevul poate vedea că problema e mai mică/mai mare decât a crezut.
- ii. Se organizează o întâlnire cu elevii implicați pentru a rezolva problema.
- iii. Elevii sunt încurajați să-și exprime sentimentele și să spună celorlalți când se simt răniți sau jenați de un anumit comentariu.
- iv. Elevii vor fi învățați că uneori cuvintele rănesc și provoacă durere.
- v. Se discută pe baza vizionării de filme, seriale TV, cărți etc despre insulte și denigrare.
- vi. Se discută despre insulte în cadrul întâlnirilor cu clasa pentru a-i face pe elevi să conștientizeze răul ce poate fi produs altora.

- vii. Când insultele se generalizează, se abordează în cadrul întâlnirilor cu clasa. Se poate sugera ca atunci când un elev încearcă să folosească o insultă, să încerce să o transforme într-un compliment.
- viii. Se poate recomanda elevilor implicați, un time-out pozitiv pentru a se putea calma iar apoi să se poarte mai bine.
- ix. Să încurajeze comunicarea sentimentelor.
- x. Să aloce timp pentru aprecieri/complimente.
- xi. -Să implice elevii într-o cercetare privind numărul de insulte pe care le aud într-o zi normală de școală și să împărtășească rezultatele cu clasa.
- xii. Să discute cu elevii despre motivele ce stau la baza insultelor, să noteze și afișeze răspunsurile la vedere.
- xiii. Discutarea cu elevii a valorii pe termen lung a perfecționării în insulte. De ex, „La viitoarea slujbă, cât de posibil este ca un coleg de muncă să te abordeze astfel: Aștept cu nerăbdare să mă insultezi azi”. Astfel, elevii recunosc că trebuie să înlocuiască acest obicei.
- xiv. Să aloce 30 de minute pe săptămână pentru practicarea abilităților de apreciere și încurajare reciprocă.
- xv. Profesorul să acorde aprecieri tuturor elevilor săi. Se pot nota într-un caiet diferite aspecte pozitive despre fiecare elev în parte, pe care apoi să le spună cu diferite ocazii. Adesea, elevii devin mai cooperanți dacă se simt apreciați sincer.
- xvi. Profesorul să fie atent ca propriul comportament să nu fie denigrator față de elevi.

3.1.11. Procrastinarea

Ce poate face profesorul:

- i. Este o modalitate nonverbală, social acceptată de a spune: „*Nu vreau și nu mă poți obliga*”.
- ii. Un alt nume pentru procrastinare este acela de **putere pasivă**.
- iii. Dacă nu se intevine la timp, se poate structura ca un obicei de viață.

- iv. Poate fi și o modalitate inconștientă de a primi atenție neadecvată, de a căuta răzbunare sau de a evita sarcini percepute ca dificile.
- v. De regulă, elevii nu sunt conștienți de scopurile din spatele acestui comportament.
- vi. Profesorul să permită elevului să experimenteze consecințele propriei procrastinări (notă mică, supărare etc).
- vii. Se întreabă elevul dacă are nevoie de ajutor (doar dacă dorește).
- viii. Nu se țin predici, ci se pun întrebări: *ce? cum?* („*Ce s-a întâmplat după ce ai tărăgănat lucrurile?*” „*Ce simți despre consecințe?*” „*Ce ai învățat din asta?*” „*Ți-ar plăcea să obții rezultate mai bune?*” „*Ce ai putea face pentru asta?*”)
- ix. Se pot povesti elevului întâmplări personale în care profesorul a procrastinat, sentimentele trăite, consecințele suportate.
- x. Se oferă elevului ajutor (stabilirea unor termene limită și monitorizarea pașilor de parcurs pentru atingerea obiectivelor).
- xi. Se dă feedback pozitiv pentru orice mic progres, se oferă elevului ocazia de a-și evalua propriul comportament.
- xii. Se setează așteptări clare privind realizarea sarcinii; se discută cu toți elevii despre cum să respecte termenele limită; elevii pot fi stimulați să facă un plan care să îi ajute în realizarea la timp a sarcinilor de lucru.
- xiii. Să fie flexibil, dacă un elev are nevoie de timp suplimentar pentru a finaliza sarcina, să acționeze în consecință.
- xiv. Să abordeze problema procrastinării în cadrul întâlnirilor cu clasa, pentru ca elevii să înțeleagă posibilele scopuri ascunse ale procrastinării: obținerea atenției, puterea, răzbunarea și renunțarea. Se încearcă găsirea unor soluții împreună cu întreaga clasă.

3.1.12. Sfidarea

Sfidarea poate să apară din motive diverse: elevul este prea controlat acasă sau prea răsfățat și sfidează din dorința de a obține atenție sau putere; elevul este abuzat acasă iar sfidarea este modalitatea de a se răzbuna într-un mediu sigur; influența mijloacelor media; răzvrătire

împotriva controlului și/sau pedepselor la școală, adică un mod de a spune indirect „*Nu mă poți controla*”; lipsa de deprinderi sociale și de interes social pentru ceilalți.

Ce poate face profesorul:

- i. Să își examineze propriul comportament; adesea comportamentul de sfidare a elevilor apare ca ripostă la controlul excesiv exercitat de profesor.
- ii. Uneori este util ca profesorul să nu escaladeze conflictul, astfel, copilul poate fi lăsat să aibă ultimul cuvânt.
- iii. Să identifice cauzele ce stau în spatele sfidării: „*Ar putea fi din cauză că ești supărat pentru că te controlez prea mult*”? „*Ar putea fi din cauză că ceilalți primesc mai multă atenție*”? Elevul se va simți acceptat și înțeles dacă profesorul ghicește corect. Dacă profesorul ghicește incorect, încearcă din nou.
- iv. Să permită elevului să preia conducerea de câte ori este posibil, oferindu-i alegeri limitate.
- v. Unii elevi vor testa limitele până ce sunt pedepsiți. Apoi se liniștesc (au fost obișnuiți să nu se liniștească până ce nu sunt pedepsiți). În loc de aceasta, se poate spune elevului: „*Nu te voi pedepsi, îmi pare rău că am folosit această metodă în trecut și aș dori să ne schimbăm relația. Nu îmi place ce faci, dar țin la tine și aș avea nevoie de ajutorul tău pentru a nu ne mai certa și pentru a rezolva lucrurile împreună*”.
- vi. Nu trebuie ignorate comportamentele sfidătoare doar pentru a evita o confruntare. Luând atitudine, profesorul demonstrează elevului că îl vede ca pe cineva capabil de un comportament respectuos.
- vii. În loc să-i spună ce să facă, elevul poate să fie întrebat ce trebuie făcut. De cele mai multe ori, elevul este stimulat să gândească și să își folosească puterea pentru a rezolva problema în loc să sfideze pentru ordinele directe.
- viii. Se solicită ajutor elevului: „*Apreciez orice ai putea face ca să ajuți*”. De obicei asta invită la cooperare, nu la sfidare.

- ix. Pentru elevul cu *vechime* în sfidare, trebuie alocat timp de pregătire, ce include: întâlnirile cu clasa, time-out pozitiv, Roata Rezolvării Problemelor, rezolvarea problemelor împreună, sau propriul exemplu de respect reciproc.
- x. Se oferă alegeri limitate, nu se țin predici.
- xi. Se cere părerea elevului, este implicat.
- xii. Se implică elevul în planificarea evenimentelor și în rezolvarea problemelor în întâlnirile clasei.

3.1.13. Tachinare

Ce poate face profesorul:

- i. Să noteze problema tachinării în agenda clasei, pentru a putea fi abordată la întâlnirile cu clasa (mai ales dacă elevii se plâng de aceasta)
- ii. Să exprime sentimentele pe care le are atunci când aude un elev tachinând un coleg „Tachinarea mă face să mă simt trist și furios pentru că știu cât de mult poate răni oamenii”; apoi se poate adăuga „Nu știu sigur dar cred că nu ai vrut să rănești. Am dreptate”? Adesea elevii nu vor să rănească ci doar să fie amuzanți.
- iii. Se poate întreba elevul direct: *„Ești dispus să schimbi afirmația în ceva încurajator, care să nu fie dureros”?*
- iv. Dacă motivul presupus este răzbunarea, elevul poate fi abordat astfel: *„Cred că nu i-ai răni pe alții dacă tu însuși nu te-ai simți rănit. Hai să așteptăm să te liniștești, apoi aș vrea să aflu ce se întâmplă cu tine”.*
- v. Când un elev/o elevă suferă în urma tachinării, el/ea trebuie lăsat/ă să-și exprime sentimentele rănite, apoi se pot căuta soluții care să nu presupună același tip de comportament. Elevul/eleva tachinat/ă se poate adresa direct agresorului, să-i spună cum se simte, sau poate cere ajutor din partea colegilor în cadrul întâlnirilor cu clasa.
- vi. Să ajute elevii să conștientizeze când anume tachinarea depășește limitele și se transformă în hărțuire.

- vii. Să învețe elevii că toți merită respect și că atunci când un comportament provoacă durere, atunci nu este respectuos indiferent de intențiile ce au stat la baza lui.
- viii. Să discute despre tachinare, să exemplifice din propria experiență.
- ix. Organizarea unor jocuri de rol privind incidente ce implică tachinări, să inverseze rolurile, să comenteze asupra sentimentelor simțite în fiecare caz.
- x. Conceperea împreună cu elevii a unei liste de alternative la comentarii tipice de tachinare.
- xi. Să învețe elevii să accepte diferențele și să le dezvolte abilitățile de comunicare.



APLICAȚIE PRACTICĂ 6

- i. Definiți ce înseamnă pentru dvs comportamente problematice/deranjante ale elevilor la clasă.
- ii. Notați cât mai multe astfel de comportamente și aranjați-le în ordine descrescătoare, de la cel mai deranjant până la cel mai puțin deranjant.
- iii. Identificați cele mai frecvente comportamente problematice/indezirabile cu care vă confrunțați în activitatea dvs didactică. Încercați să identificați cât mai multe cauze ale acestor comportamente. Completați informațiile în tabelul următor:

Comportament problematic	Cauze ce țin de elev	Cauze ce țin de familie	Cauze ce țin de școală
1.			
2.			
3.			
...			

- iv. Creați profilul profesorului care gestionează corect comportamentele problematice/indezirabile de la clasă. Reflectați asupra răspunsului, răspunzând la următoarele întrebări:
 - a. Cât de mult mă apropii de acest profil?
 - b. Ce aş putea face pentru a mă apropia cât mai mult de acest profil?
 - c. Cum voi ști că am reușit?
 - d. Cum aş putea implica elevii în acest proces?
 - e. Dar familiile acestora?

3.2. Cauze posibile ale comportamentelor nepotrivite

Multe comportamente pe care le fac copiii sunt conforme vârstei. Ei învață să socializeze și să-și controleze emoțiile. Sunt o serie de motive pentru care copiii se pot purta inadecvat, ca de exemplu:

- a. nevoi de bază ce nu sunt îndeplinite (copilului îi este foame, sete, este obosit sau bolnav)
- b. așteptările adulților sunt prea ridicate raportat la vârsta copilului, adulții nu cunosc comportamentele tipice pentru o anumită categorie de vârstă și pot răspunde la incidente care sunt firești pentru nivelul de vârstă respectiv
- c. absența unei stimulări adecvate-curriculumul nu satisface nevoile copilului
- d. atenția focalizată preponderent asupra comportamentelor negative
- e. imitația: copiii învață comportamentele atât cele pozitive cât și cele negative, prin imitație
- f. bucurie/entuzism excesiv, pot genera uneori comportamente necontrolate, deranjante
- g. gelozie- rănirea altora poate fi expresia geloziei
- h. abilități socio-emoționale slab dezvoltate, favorizează producerea comportamentelor negative
- i. nivele ridicate de energie- oportunitatea de a elibera și consuma această energie poate fi limitată de timp și poate face copilul să caute diferite căi pentru a elibera această energie
- j. abilități de comunicare deficitare sau insuficient dezvoltate
- k. alte tipuri de nevoi: unii copii pot avea dificultăți de învățare sau întârzieri și pot necesita sprijin suplimentar.

La prima vedere, poate părea că un copil pur și simplu „nu ascultă”, „nu vrea să înțeleagă”, „este alintat” etc; de fapt, întotdeauna există un motiv pentru care copilul se comportă așa. Pentru a schimba comportamentul copilului, înainte de toate, trebuie să aflăm care sunt cauzele lui.

Psihologii au evidențiat patru cauze de bază ale comportamentelor dificile ale copilului¹:

¹ CIDDC, *Educă-ți copilul cu grijă, Ghid pentru un părinte mai bun*, 2015, Chișinău.

1. Lupta pentru atenție.	Atunci când copilul nu primește atenția de care are nevoie pentru dezvoltarea sa normală și bunăstarea emoțională, el găsește o cale prin care s-o obține - neascultarea. Adulții își lasă alte treburi, și îi fac copilului o multime de observații etc. Chiar dacă nu este foarte plăcut, copilul obține o oarecare atenție.
2. Lupta pentru autoafirmare, împotriva puterii exagerate din partea părinților.	Copiii devin foarte sensibili atunci când le este lezată această aspirație și adulții comunică cu ei dându-le indicații. Dacă observațiile și sfaturile sunt prea dese, ordinele și criticile prea dure, iar grijile exagerate, copilul începe să se revolte. Părinții sau profesorii se ciocnesc cu reacții de încăpățănare, negativism și opoziție. Sensul acestor comportamente pentru copil este să-și apere dreptul de a-și gestiona singur treburile și să arate că este o personalitate. Nu contează că soluția lui, deseori, nu este cea mai reușită sau chiar greșită. În schimb, este soluția sa și aceasta este tot ceea ce contează!
3. Dorința de a se răzbuna.	Copiii adesea sunt supărați pe adulți. Cauzele pot fi dintre cele mai diferite: se acordă mai multă atenție altui copil; părinții au divorțat; etc. Sunt și multe cauze singulare pentru supărare: o observație considerată nedreaptă, o promisiune neîndeplinită, o pedeapsă dură etc. Ceea ce vedem la suprafață, în aceste situații, sunt aceleași proteste, neascultări, rezultate scăzute la școală. În adâncul sufletului însă, copilul suferă și este îngrijorat. Sensul comportamentului „rău” în acest caz exprimă sentimentul că: <i>„Voi m-ați rănit, vreau să vă simțiți la fel”</i>.
4. Pierderea încrederii în propria reușită.	Uneori, copiii resimt într-un mod foarte dureros nereușitele dintr-un domeniu, iar aceasta le influențează și alte sfere ale vieții. De exemplu, un copil care întâmpină greutăți în relațiile cu colegii de clasă, poate să înceapă să aibă rezultate scăzute la școală. În alt caz, unele insuccese de la școală stârnesc un comportament provocator

acasă. Acest “transfer al insuccesului” rezultă din stima de sine scăzută a copilului. Adunând o experiență amară de eșecuri și critică la adresa sa, copilul își pierde încrederea în sine, ajungând la concluzia că nu are sens să se străduiască, pentru că pricum nu va reuși nimic. Este ceea ce îl apasă pe suflet, dar la exterior, comportamentul său lasă să se vadă că: „îmi este totuna”, „și ce dacă sunt rău?”, „chiar am să fiu rău”.



APLICAȚIE PRACTICĂ 7

- i. Pornind de la ideea că în fiecare copil există calități extraordinare, fiind nevoie doar de un efort pentru a descoperi acest potențial și că de încurajări au nevoie și copiii cu comportamente problematice, aceștia având toate șansele pentru a dezvolta un comportament adecvat, prezentați, mai jos, cel puțin 3 modalități prin care arătați elevilor cu comportamente dificile că îi susțineți, în schimbul formulării de reproșuri, morală sau ironii.
 1. ...
 2. ...
 3. ...
- ii. Care este de obicei reacția dumneavoastră față de comportamentele problematice/indezirabile ale elevilor dvs:

Problema de comportament	Reacția mea la comportamentul problematic/indezirabil
1. țipă	
2. vorbește urât	
3. împinge, lovește alți copii	
4. refuză să realizeze sarcina de învățare	
5. alt comportament...	

3.3. Stadiile disciplinării

Așa cum elevii performează/funcționează la diferite nivele la citit și matematică, tot astfel ei funcționează la diferite nivele sau stadii de disciplină. Poate fi setat un sistem de reguli de disciplină la clasă, potrivit pentru funcționarea elevilor la toate stadiile, și care, în același timp, să-i încurajeze să evolueze spre stadiile mai avansate.

Ideile experților privind disciplina la clasă pot fi foarte diferite.

De exemplu Thomas Gordon, creatorul programului Teacher Effectiveness Training – T.E.T. (Instruirea profesorilor pentru eficacitate), se opune conceptului de disciplină asertivă promovat de Lee Canter; cu toate acestea, ambii s-au bucurat de un mare succes în SUA.

În loc să încercăm să stabilim cine are dreptate, ar fi mai rațional să presupunem că ambii au dreptate dar că nu se referă la aceiași elevi.

Elevii funcționează la diferite stadii pe drumul către auto-disciplină.

Stadiul 1: Comportamentul recalcitrant

(Stadiul puterii: forța face dreptatea)

Elevii ce funcționează la stadiul 1:

- a. au, de obicei, un comportament recalcitrant.
- b. adesea refuză să asculte instrucțiunile.
- c. sunt sfidători și solicită foarte mult atenția profesorului.
- d. au câteva reguli proprii și pot să se supună regulilor altora doar din teama de represalii.

Cei mai mulți copii depășesc acest stadiu în jurul vârstei de 4-5 ani, totuși unii elevi mai mari încă funcționează la acest stadiu.

Acesta este **stadiul puterii**. El funcționează datorită dezechilibrului de autoritate dintre copil și adult. Când copilul este mic, dezechilibrul de putere dintre el și părinte este semnificativ. Dacă copilul nu este învățat un stadiu mai înalt, dezechilibrul de putere descrește pe măsură

ce copilul crește. Părintele spune apoi că nu mai poate controla copilul, căruia nu-i mai pasă și care îi provoacă autoritatea în mod constant.

Din fericire, puțini dintre elevi funcționează la acest stadiu. Cei care o fac, urmează regulile atâta timp cât dezechilibrul de putere înclină împotriva lor. Profesorii asertivi care sunt atenți la acești elevi îi pot ține în frâu; cu toate acestea, odată întors spatele, ei nu mai pot fi controlați. Dacă acești elevi doresc ceva, de obicei pur și simplu își iau. Ei arată prea puțină grijă sau preocupare pentru sentimentele celorlalți, căutând extensii ale puterii precum foarfeci, linii, creioane care în mâinile lor se transformă în veritabile arme.

Stadiul 2: Comportamentul tip auto-servire (Stadiul recompensă/pedeapsă: *„Și eu cu ce mă aleg?”*)

Elevii care funcționează la acest stadiu, sunt ceva mai ușor de abordat în clasă. Ei reprezintă un procent mic. Acesta este **stadiul recompensă și pedeapsă**. Acești elevi se comportă bine fie pentru că vor primi un fel de recompensă - ca de exemplu bomboane, timp liber etc, sau din teama de pedeapsă.

Cei mai mulți copii se mișcă dincolo de acest stadiu cam în jurul vârstei de 8-9 ani.

Elevii mai mari, care încă mai funcționează la acest stadiu, funcționează mai bine în clase cu profesori asertivi. În acest stadiu, elevii încă nu și-au format un simț al disciplinei și au nevoie de supervizare constantă din partea profesorului; ei se pot purta destul de bine în clasă dar nu și pe holuri sau în curtea școlii.

Stadiul 3: Disciplina interpersonală (Stadiul mutual interdisciplinar: *„Cum îți pot face pe plac?”*)

Elevii care funcționează în stadiul 3 sunt cei care au început să-și dezvolte un simț al disciplinei. Ei se comportă bine fiindcă așa le cere profesorul. Acesta este **stadiul interpersonal mutual**. Lor le pasă de ceea ce alții gândesc despre ei și doresc să placă. Acești elevi au nevoie de mici reminders/memento. Disciplina asertivă lucrează cu acești copii pentru că o înțeleg. Adesea la clasă avem de a face cu elevi care sunt în tranziție de la stadiul 2 la stadiul 3. Este important

ca profesorul să știe cum să-i abordeze pe acești elevi, fără a fi excesiv de asertivi pentru că e riscul să se întoarcă la stadiul 2.

Stadiul 4: Auto-disciplina

(Stadiul ordinii sociale: „*mă comport bine pentru că este lucrul corect*”)

Elevii care funcționează la acest stadiu rareori intră în probleme. Ei fac diferența între bine și rău.

Deși mulți elevi de gimnaziu și liceu funcționează ocazional la acest nivel, puțini o fac în mod consistent.

Aceștia sunt elevii cu care orice profesor și-ar dori să lucreze. Dacă le dai o sarcină de lucru și pleci pentru 20-30 de minute, când te întorci ei încă sunt concentrați pe sarcină. Ei se comportă astfel, pentru că în mintea lor este lucrul corect ce trebuie făcut.

Acești elevi nu se dau în vânt după disciplina asertivă ba chiar sunt deranjați de faptul că ceilalți elevi determină profesorul să consume timp pe probleme de disciplină. Deși cei mai mulți elevi nu operează de obicei la acest stadiu, ei sunt foarte aproape de a-l înțelege.

Activitățile de învățare cooperativă încurajează elevii să funcționeze la acest nivel.



APLICAȚIE PRACTICĂ 8

Identificați, la clasele la care predăți, elevi care se încadrează în cel puțin 2 din primele 3 stadii descrise mai sus și prezentați:

- i. Care sunt elementele care v-au determinat să îi încadrați într-un stadiu sau altul?
- ii. Care credeți că sunt pașii necesari pentru a-l sprijini să realizeze trecerea în stadiul superior?
- iii. Ați identificat vreun caz de regres? Care sunt motivele pentru care acesta a avut loc?

Cu toții ne croim drum prin cele 4 stadii pe măsură ce creștem. Dacă identificăm stadiul de funcționare a unui elev, îl putem ajuta să evolueze spre stadiul următor.

Este o greșală să încerci să sari peste stadii. A te aștepta ca un elev de stadiul 1 să se îndrepte și să înceapă să se comporte dintr-odată ca unul de stadiu 4 este nerealist. Nu se va întâmpla, pur și simplu. În schimb, ca profesor, poți seta așteptarea la stadiul 2 și atunci vei fi mai puțin frustrat. Astfel, poți avea plăcuta surpriză de a constata îmbunătățiri.

Trebuie să ținem cont și de faptul că un copil poate să și regreseze la un stadiu anterior din când în când. Atunci când se întâmplă asta trebuie căutat motivul regresului. Pot fi probleme de familie, prieteni, consum de alcool sau droguri etc. În acest caz trebuie discutat cu copilul și cu familia acestuia pentru a vedea care este situația reală. Învățarea auto-disciplinei seamănă cu învățarea a orice altceva. Tot timpul îți va lua mai mult timp iar elevii nu se vor descurca neapărat de la prima încercare. Ei trebuie sprijiniți pe tot traseul lor de la un stadiu la altul și încurajați. Profesorul care face aceste lucruri pot produce diferențe în viața acestor elevi.



APLICAȚIE PRACTICĂ 9

- i. Elaborați în grup un proiect de activitate dezvoltare personală care ar stimula dezvoltarea abilităților social-emoționale ale elevilor dvs. Propuneți câteva obiective realiste și realizabile, câteva competențe pe care ați dori să le dezvoltați la elevi, câteva teme ce ar trebui abordate, timpul necesar pentru realizarea obiectivelor propuse etc.
- ii. Gândiți-vă la un comportament nou pe care ați dori să-l învețe elevii de la clasă. Care sunt pașii care ar trebui parcurși pentru învățarea respectivului comportament?



EVALUARE 3

Analizați afirmația de mai jos și apoi dezbateți în grup. Argumentați poziția adoptată pornind de la conceptele studiate în cadrul modulului până în acest moment.

“Dacă etichetăm copilul negativ, el ajunge să se conformeze acelor etichete și să se comporte corespunzător. Este ca o lege nescrisă. Cu cât îi zici mai mult că este bătaș sau răul clasei, el se identifică cu această etichetă și continuă să se comporte exact așa. De aceea, mai potrivit ar fi să-l etichetăm pozitiv (dacă tot se obișnuiește să se apeleze la etichete), să-i descoperim potențialul și să-l încurajăm să facă ce-i reușește bine. Astfel, el se va identifica cu acel comportament și se va purta ca atare [...]”.

(Tatiana Turchină, <http://drepturilecopilului.md/>)

CAPITOLUL 4.



Disciplinarea pozitivă ca metodă de stimulare a comportamentelor pozitive

Educarea copiilor este una dintre experiențele cele mai complexe, provocatoare, interesante, solicitante dar și cele mai generatoare de satisfacții pe care o oferă viața. Provocarea este cu atât mai mare, cu cât contextul social se schimbă într-un ritm rapid, politicile educaționale suportă modificări variate, iar adulții care se ocupă de creșterea și educația copiilor sunt bombardați cu o varietate mare de metode educaționale a căror eficiență nu este întotdeauna confirmată.

Din punctul de vedere al principiilor și metodelor folosite în educația copiilor, am putea spune că ne aflăm într-o perioadă de tranziție. Ca adulți interesați să oferim o bună educație copiilor, pendulăm între metodele tradiționale pe care de azi le-am asimilat în perioada copilăriei și metodele mai nou apărute, pe care ne dorim să le testăm. Provocarea astăzi se referă la cum să creștem copiii, în aceste condiții de tranziție, pentru a deveni adulți adaptați la cerințele societății în care vor trăi.

Din această perspectivă, familia și școala trebuie să răspundă tuturor acestor provocări ale societății moderne. Abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor este un obiectiv important în procesul de disciplinare al copilului. Există tentația de a considera că obiectivul major al disciplinei este eliminarea rezistenței copilului la solicitările adultului și realizarea a ceea ce i se cere fără a se împotrivi; cu alte cuvinte, de a controla copilul.

Folosirea de noi mijloace de disciplinare, ca de exemplu înlocuirea pedepsei corporale cu recompensa nu înseamnă că avem și un obiectiv nou (Kohn, 2006). Scopul rămâne același, respectiv de a determina copilul să facă cum vrem noi. În schimb abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor ne ajută să orientăm scopul disciplinei către copil.

4.1. Ce presupune de disciplinarea

Disciplinarea, afirmă Botiș (2004), presupune învățarea comportamentului dorit, în paralel cu eliminarea comportamentului inadecvat, acest lucru fiind realizat prin metode specifice. Eficiența metodei disciplinării este dată de câteva caracteristici:

1. Reprezintă o **bază importantă pentru adaptarea copilului la cerințele vieții de adult**, pentru că învață să își asume responsabilitatea și își dezvoltă deprinderea de a rezolva probleme.
2. Presupune **implicarea activă a copilului în învățarea anumitor comportamente**, prin implicarea lui în stabilirea regulilor (ce are voie să facă sau nu); de asemenea, copilul poate fi învățat să își autoevalueze propriul comportament. Implicarea activă a copilului are ca rezultat autodisciplinarea, fapt care îl ajută să se adapteze mai bine la cerințele școlii și să facă față cu mai mult succes cerințelor sociale.
3. Copilul **interiorizează regulile stabilite fără a fi necesară utilizarea constrângerilor exterioare**. Este de dorit ca imaginea copilului asupra disciplinării să fie una pozitivă, să fie abordată ca proces de învățare, atitudinea adultului în acest caz fiind foarte importantă.

Disciplinarea nu este deci strict despre eliminarea comportamentelor problematice, ci mai ales despre învățarea unor comportamente noi, dezirabile (discipline pozitivă, stimularea comportamentelor pozitive).

Abordarea/stimularea comportamentelor pozitive la copii are o legătură strânsă cu procesul de disciplinare. Uneori educatorii asociază disciplina cu pedeapsa, o abordare greșită, care adesea nu ține cont de situația concretă, motiv pentru care aplică pedepse disproporționate în raport cu greșeala copilului.

Folosirea unor noi mijloace de disciplinare a copilului, de exemplu înlocuirea pedepsei corporale cu recompensare pentru ceea ce copilul a făcut bine, înseamnă în fond același lucru, și anume copilul să execute cerința adultului.

Abordarea pozitivă a comportamentelor copilului îl determină pe adult să-și orienteze atenția asupra copilului. În acest proces, este util ca adultul să-și clarifice câteva aspecte: ce anume dorește să învețe copilul din experiența respectivă; dacă ceea ce adultul face chiar îl ajută pe copil

să învețe; dacă comportamentul adultului poate avea consecințe negative asupra copilului; dacă aceste consecințe negative apar, cum ar putea adultul să abordeze lucrurile în mod diferit.

Scopul principal al disciplinării copilului trebuie să fie interesul copilului și nu supunerea lui necondiționată la cerința adultului. Într-o cercetare realizată cu copii cu vârste până în 5 ani, Alfie Kohn a arătat că supunerea corelează uneori cu o adaptare deficitară, în timp ce o anumită rezistență manifestată de copil față de autoritatea parentală poate fi un semn de autonomie a acestuia.

Studiile mai arată și faptul că strategiile excesiv de autoritare folosite în educarea copiilor nu dau rezultate bune pe termen lung, strategiile bazate pe cooperare fiind din acest punct de vedere mult mai eficiente.

Un lucru este sigur: în materie de educație și disciplinare nu există rețete universale care să funcționeze în cazul tuturor copiilor.

Abordarea bazată pe colaborare trebuie să țină cont de câteva aspecte: să avem grijă ce solicităm copilului să facă și să încercăm să privim lucrurile și din perspectiva acestuia, adică să încercăm să avem o abordare empatică. Aceasta presupune să renunțăm la o parte din control, iar copiii să poată avea și ei un cuvânt de spus.

Strategiile colaborative de disciplinare presupun dezvoltarea unor strategii eficiente de comunicare. La baza tuturor strategiilor colaborative se află nevoia de a transmite clar celor mici că nu este necesar să ne câștige aprobarea, că îi iubim nu pentru ceea ce fac, ci pentru ceea ce sunt.



APLICAȚIE PRACTICĂ 10

Reflecțați asupra următoarelor și apoi dezbateți în grupul de cursanți:

- Prin ce se particularizează obiectivele disciplinării pozitive față de obiectivele sistemului conventional de disciplinare a copiilor bazat pe pedepse?
- Care considerați a fi cele mai dificile aspecte pe care le vizează disciplinarea pozitivă? Argumentați.

4.2. Cei 4D în abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor

Abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor ține cont de patru ingrediente obligatorii:

- a. Dragoste
- b. Disponibilitate
- c. Direcție
- d. Dozaj

a. Dragostea - este un ingredient esențial în procesul de educare și disciplinare a copilului, în formarea lui ca un individ sănătos și adaptat la societatea în care trăiește.

Aplicarea metodelor de disciplinare fără a fi susținute de dragoste, riscă să nu fie interiorizate de către copil și să eșueze în a-și atinge scopul. Copiii trebuie să se simtă iubiți necondiționată iar acest lucru să rămână o constantă în viața lor, indiferent de ce ar face. Dragostea nu depinde de “cât de cuminte este copilul”, sau de faptul că “este cel mai bun elev din clasă”, ci există pur și simplu și configurează însăși personalitatea viitorului adult. Când copiii simt dragostea necondiționată a adultului, se acceptă mai ușor pe ei înșiși, își dezvoltă stima de sine și se dezvoltă armonios, într-un mediu sigur din punct de vedere emoțional.

b. Disponibilitatea se referă la:

Disponibilitatea se referă la:

- a. Disponibilitatea de a acorda atenție și a petrece timp cu copilul;
- b. Deschiderea pentru a învăța în permanență cum să abordezi copilul;
- c. Atitudinea pozitivă față de copil.

Este bine pentru copil să știe că cineva îi dă atenție, totuși aceasta nu trebuie să devină sufocantă și nici să ia forma unui control absolut, pentru că în acest caz se poate obține efectul contrar (copilul va începe să se ascundă, să disimuleze și să se înstrăineze de adult).

Atenția permanentă acordată copiilor poate face ca adultul să observe din timp modificările fizice, emoționale și comportamentale care pot apărea în dezvoltarea acestuia.

Cu toții avem nevoie de atenție, lucrul acesta fiind valabil și pentru copii. Ea este atât de importantă încât copiii mai degrabă se poartă rău pentru a obține atenție negativă decât să nu obțină nici un fel de atenție, iar studiile de cercetare au demonstrat acest lucru.

De cele mai multe ori, adulții au tendința de a se concentra exclusiv asupra problemelor, a comportamentelor supărătoare și deranjante, acordând astfel atenție negativă copiilor în cea mai mare parte a timpului. Dimpotrivă, cheia pentru abordarea pozitivă a comportamentelor este atenția pozitivă și încurajarea.

Toți oamenii au nevoie de apreciere, iar copiii nu fac excepție. Recunoașterea comportamentului pozitiv încurajează repetarea lui. Atenția unui adult este foarte importantă pentru un copil, iar copiii, în marea lor majoritate, doresc să le facă pe plac adulților. Ei se simt bine față de ei înșiși când le fac pe plac adulților.

Pe de altă parte, studiile au dovedit faptul că atenția pozitivă nu funcționează întotdeauna. Uneori, copiii care se poartă inadecvat necesită strategii și programe speciale pentru prevenirea/combateră problemelor emoționale și comportamentale.

Este de asemenea necesar ca adultul să-și manifeste aprobarea, când copilul are un comportament dezirabil. Copiii nu trebuie "văzuți" doar atunci când greșesc. Comportamentul dezirabil trebuie explicat copilului, de ce este important și care sunt consecințele acestuia; scopul aprobării este acela de a încuraja copilul să continue să manifeste un anumit comportament.

Sistemul conventional de disciplinare a copiilor se bazează pe pedepse, bombardând copilul cu termeni și expresii ca "nu ai voie", "ești pedepsit", "e interzis să faci asta", "este greșit să faci așa"

etc. Rezultatele ale acestui sistem se reflectă în aceea că, nu numai ca nu dau ascultare acestor comenzi, dar de cele mai multe ori copiii ajung să se răzvrătescă împotriva adulților.



APLICAȚIE PRACTICĂ 11

Care sunt pedepse (P) și care sunt consecințe (C) ale comportamentelor copiilor?

Comportament	P	C
Copilul aruncă ghiozdanul și dărmă cana cu apă. Adultul îi interzice să iasă la joacă cu prietenii.		
Copilul aruncă ghiozdanul și dărmă cana cu apă. Adultul îi cere să curețe podeaua de apă.		
Copilul a vorbit toată ora. Adultul îi cere să rămână în pauză să reia conținuturile discutate.		
Copilul a vorbit toată ora. Adultul îi interzice să iasă în pauză cu colegii.		

Dintre metodele aplicate de adulți, care credeți că sunt mai eficiente? Care sunt avantaje și dezavantaje pentru fiecare caz în parte?

Ce metode ați aplica în situațiile date?

Printr-un management eficient al comportamentului, profesorul poate preveni apariția și amplificarea unor situații conflictuale în clasa în care există elevi cu probleme emoționale și de comportament. În aceste situații, profesorul are sarcina de a direcționa energiile elevilor către activități constructive, spre comportamente adecvate și pozitive și de durată. Copilul are nevoie să fie ajutat, iubit, înțeles, apărat, apreciat, valorizat și să simtă că este important pentru cei din jurul său. Dacă vrem să avem un impact pozitiv elevilor noștri, în calitate de dascăli trebuie să le oferim dragoste și respect. Educarea eficientă este forma prin care copiii învață comportamente pozitive pentru tot restul vieții, îi ajută să crească și să se dezvolte într-un mod echilibrat și

sănătos din punct de vedere emoțional și social. Procesul educației trebuie să se bazeze pe dezvoltarea încrederii în sine a copilului.

Disciplina nu este echivalentă cu pedeapsa și nici nu este o metodă de „supunere” a copilului la regulile impuse de adult; poate include însă, impunerea unor penalități non-violente. Trebuie avut grijă cu dozarea acestora, întrucât, dacă copilul este pedepsit permanent, pentru orice mică greșeală, sau chiar pedepsit pe nedrept, nu numai că nu-și va îndrepta comportamentul, ci se va răzvrăti împotriva adultului. Mai mult, copilul poate deveni violent cu cei din jur și se poate obișnui cu pedepsele, care nu vor mai avea nici un effect asupra lui. Pedeapsa nu este o formă eficientă de disciplinare a copilului, pentru că ea elimină doar pentru moment un comportament nedorit al acestuia, dar nu îl învață comportamentul pozitiv.

Disciplinarea pozitivă a copilului constă în aplicarea unor principii esențiale și fapte unele încurajatoare, iar altele corective. Ea se referă la modalitățile de stabilire a limitelor într-un mod ferm, dar în același timp plin de dragoste. Disciplinarea pozitivă recompensează comportamentul corect și pedepsește comportamentul greșit și încurajează respectul pentru copil ca individualitate.

c. Direcția

Procesul de disciplinare este și trebuie să fie orientat spre anumite obiective specifice. Direcția vizează exact acest aspect al stabilirii obiectivelor. Adultul trebuie să-și pună întrebarea cum anume își dorește să fie copilul atunci când va deveni adult și să-și seteze obiectivele de disciplinare în funcție de răspunsul la aceasta. Disciplinarea pozitivă are ca rezultat formarea unui adult responsabil, cu initiative, capabil să ia decizii adecvate, independent, adaptat și echilibrat din punct de vedere emoțional și social.

d. Dozajul

Disciplinarea presupune ca adultul să ofere dar și să pretindă lucruri din partea copilului. I se oferă dragoste, atenție, timp, respect, apreciere, resurse material, oportunități, libertate etc. Ceea ce I se cere în schimb se referă la respectarea limitelor impuse, a regulilor stabilite de comun acord.

Dozajul se referă de fapt la cât de mult ceri copilului în raport cu ceea ce îi oferi. Aceste două aspect configurează stilul parental/stilul de educație și implicit procesul de disciplinare a copilului.

4.3. Principii ale disciplinării pozitive

- a. Ajutați-l pe elev să înțeleagă rolul important pe care îl are în cadrul comunității sau a grupului din care face parte (clasa).
- b. Respectați și încurajați elevul, fiind blând dar în același timp ferm.
- c. Învățați-l pe elev abilități sociale precum respectul, grija față de ceilalți, rezolvarea problemelor prin cooperare, negocierea conflictelor.
- d. Ajutați-l pe elev să-și descopere calitățile și încurajați manifestarea individualității sale.
- e. Respectați elevul și cereți respect din partea lui. Dacă îi veți spune, de exemplu, să tacă, atunci el nu va avea ocazia să comunice ceea ce simte. Profesorul nu trebuie să se impună prin abuz de autoritate, ci prin fermitate și bunătate, respectând în primul rând nevoile elevului într-o anumită situație.
- f. Identificați motivul care stă în spatele acțiunilor elevului d-voastră; încercați să produceți schimbări la acest nivel, nu să îi schimbați comportamentul.
- g. Încercați să găsiți soluții în loc să recurgeți imediat la pedepse.
- h. Recompensați comportamentul pozitiv al elevului, nu doar succesul în sine obținut de acesta.
- i. Stabiliți reguli clare și asigurați-vă că ele au fost înțelese de elev. Vorbiți-i despre consecințe pe un ton calm.
- j. Nu îl pedepsiți pe termen lung, ci optați mai curând pentru pedepse scurte. După ce își îndeplinește pedeapsa, nu rămâneți în continuare supărat pe el și nu îl ignorați.
- k. Nu insultați elevii, nu-i repeziți și nu țipați la ei.
- l. Nu vă lăsați dominat de furie. Disciplinați-vă elevul atunci când sunteți destul de calm pentru a gândi rațional, în beneficiul acestuia.

- m. Înainte de a vă grăbi să îl pedepsiți, ajutați-l pe elev să își înțeleagă greșelile. Deși în opinia d-voastră, motivul pentru care a făcut un anumit lucru este greșit, arătați că îi înțelegeți raționamentul. Oferiți-i soluții de îndreptare a greșelilor.
- n. Înainte de a apela la o pedeapsă, încercați să vă ghidați elevul în a face alegerile cele mai bune.

Practici inacceptabile:

- a. pedeapsa corporală
- b. izolarea
- c. deprivarea de hrană, adăpost, protecție
- d. umilirea, limbajul dur, abuzul verbal etc.

În lucrul cu copiii, câteva comportamente ale profesorilor sunt considerate comportamente-cheie:

- a. setarea unor limite clare;
- b. organizarea mediului de învățare;
- c. respect și demnitate;
- d. lauda și încurajarea.

Din perspectiva egalității de șanse, este important să se asigure oportunități egale de învățare indiferent de gen, abilități, vârstă, etnie etc. Un aspect important îl reprezintă starea de bine a elevilor. Copiii trebuie ajutați pentru a se afirma ca individualități, să știe limitele comportamentale acceptabile, să fie încurajați să învețe cu și alături de alții, să dezvolte abilități socio-emoționale, să-și seteze scopuri, să dezvolte căi diferite de a fi creativi și expresivi, să dobândească încredere în forțele proprii și să se adapteze optim la lumea în care trăiesc.

4.4. Rolul profesorului în stimularea comportamentelor pozitive

Profesorii au un rol foarte important în stimularea comportamentelor pozitive ale elevilor la clasă. Astfel, ei trebuie:

- a. Să cunoască și să înțeleagă stadiile de dezvoltare a copiilor precum și comportamentele tipice pentru acestea
- b. Să promoveze tehnici pozitive ca de exemplu redirectionarea și reîntărirea mai degrabă decât comparațiile, competiția și criticile. Coerciția și pedeapsa corporală nu trebuie să fie utilizate niciodată.
- c. Să învețe copiii să își direcționeze propriul comportament astfel încât să își dezvolte autocontrolul; să învețe să înțeleagă și să aprecieze nevoile, drepturile și sentimentele altor persoane.
- d. Să nu atace stima de sine a elevilor, ci dimpotrivă, să-i facă să se simtă capabili, competenți și confortabil alături de ceilalți.
- e. Să țină cont de faptul că nevoile și comportamentele copiilor se schimbă de la o etapă de vârstă la alta.
- f. Să le arate copiilor ce să facă, nu ce să nu facă.
- g. Să nu eticheteze copiii, ci comportamentul acestora.
- h. Să ofere explicații simple și alternative comportamentale, astfel încât copilul să poată face alegeri și astfel să decidă în mod înțelept pentru sine.

4.5. Etapele disciplinării pozitive

(1) Observarea comportamentului

Adultul va observa:

- a. comportamentele problemă apărute, descrise în termeni specifici, fără a eticheta copilul
- b. comportamentele adecvate (ceea ce copilul face bine)

Pentru a monitoriza măsura în care comportamentul copilului se modifică, trebuie urmărite: frecvența, durata și intensitatea acestuia.

(2) Evaluarea comportamentului

Se va realiza în funcție de:

- a. vârstă
- b. caracteristici individuale (de temperament și de personalitate)
- c. caracteristicile de mediu (problemele sau conflictele familiale, situații de stres, stilul parental de interacțiune etc)
- d. standardele familiei

Ce poate face adultul?

- a. să facă o listă cu toate comportamentele problematice ale copilului
- b. să le ierarhizeze de la cel mai deranjant până la cel mai puțin deranjant
- c. să aleagă primul sau cel mult primele două comportamente considerate cele mai problematice, celelalte fiind ignorate temporar, până ce se obțin rezultate în cazul comportamentelor țintă.

(3) Analiza motivului, a contextului și a consecințelor comportamentului

Adultul va urmări:

- a. ***cauza/motivul manifestării comportamentului*** - orice comportament îndeplinește

o anumită funcție, are o cauză pentru care se manifestă la un moment dat. În general, învățăm să facem anumite lucruri dacă ele ne aduc un *beneficiu* sau dacă prin intermediul lor putem evita *consecințe neplăcute*. Adultul trebuie să încerce să identifice care sunt beneficiile urmărite sau consecințele negative pe care copilul dorește să le evite. Acestea ar putea fi:

- i. primește atenție, chiar dacă este vorba de o atenție negativă (copilul este certat)
- ii. se simte mai puternic, că este capabil să controleze situația
- iii. se răzbună pe adult (părinte/profesor)
- iv. evită o situație neplăcută

b. **contextul în care apare comportamentul** - pentru a determina contextul manifestării comportamentului nedorit, adultul trebuie să răspundă la câteva întrebări:

- i. Când apare comportamentul (ce se întâmplă imediat înainte de comportament, ce declanșează apariția lui; de exemplu, un profesor care este mai permisiv)
- ii. Cu cine este copilul atunci când manifestă comportamentul neadecvat ? Sunt prezente persoane care îi încurajează comportamentul sau îi acordă atenție?
- iii. Unde apare comportamentul: apare într-un anumit loc sau nu (la școală, acasă, pe stradă etc)?
- iv. Când, unde și cu cine nu apare comportamentul sau se manifestă mai rar (de exemplu la orele la care profesorii sunt mai stricți)?
- v. Ce se întâmplă imediat după? Răspunsul la această ultimă întrebare poate da informații despre modul în care comportamentul nedorit este încurajat, prin intermediul consecințelor favorabile (de exemplu copilul este dat afară din clasă, ceea ce de fapt îi place pentru că astfel evită neplăcerea de a lua notițe).

(4) Alegerea metodei de disciplinare

Alegerea metodelor de disciplinare se pot alege în funcție de:

- a. natura problemei
- b. situația în care apare

Dacă de exemplu copilul a luat o notă mică la un test, deși s-a pregătit, se recomandă utilizarea mai degrabă a încurajării decât a unei alte metode de disciplinare. Copilul poate fi îndrumat pentru a învăța mai eficient sau, dacă a luat nota mică pentru că a uitat de test și nu s-a pregătit, atunci el poate fi lăsat să suporte consecințele naturale, fără ca adultul să intervină în alt mod.

În principiu, metoda de disciplinare trebuie aleasă în funcție de complexitatea situației, de rezultate sau experiențe anterioare cu metoda respectivă. Uneori metodele pot fi combinate în funcție de situație și de nevoi.

(5) Verbalizarea regulilor după care va aplica o anumită metodă de disciplinare

Adultul trebuie să îl anunțe pe copil pentru ce este lădat, respectiv penalizat. Adultul trebuie să discute cu copilul despre comportamentul dezirabil ca alternativă și despre consecințele favorabile ale acestuia. Pentru a avea eficiență, adultul trebuie să aleagă metoda potrivită. Adultul este cel care propune alternativele, fără însă a exercita presiuni asupra copilului.

(6) Aplicarea metodei de disciplinare

Odată ce adultul a ales metoda de disciplinare, trebuie să o aplice cu consecvență. În acest fel, copilul primește mesajul că este ceva important. Tonul folosit de adult trebuie să arate respect față de copil.

Secvențele aplicării unei metode de disciplinare sunt:

- a. Adultul exprimă clar așteptările pe care le are față de copil
- b. Dacă copilul răspunde pozitiv, el va fi recompensat prin laudă și încurajare
- c. Dacă copilul ignoră sau refuză să îndeplinească cerința adultului, acesta din urmă îi reamintește ce are de făcut precizând că este ultima oară când i se spune

d. Dacă nici acum nu răspunde solicitării, se aplică metoda de disciplinare aleasă

Aplicarea metodei de disciplinare aleasă cu consecvență, prin consecințele implicate, învață copilul că este mai bine să țină cont de cerințele adultului.

(7) Oferirea unui model de către adult/părinte

Adultul poate deveni el însuși un model pentru manifestarea comportamentului dorit. Acest lucru este valabil mai ales în cazul părinților, dar se aplică și profesorilor.

(8) Evaluarea metodei de disciplinare

Evaluarea metodei urmărește:

- a. frecvența
- b. durata
- c. intensitatea comportamentului

Acești indicatori se compară cu valorile inițiale (din etapa de observare a comportamentului).

(9) Încurajarea copilului în condițiile comportării adecvate

Copilul trebuie să știe dacă un anumit comportament dezirabil este important pentru adult. Dacă este recompensat și încurajat atunci când manifestă comportamentul dorit, acesta va înțelege că este ceea ce se așteaptă din partea lui.

Printr-un management eficient al comportamentului, profesorul poate preveni apariția și amplificarea unor situații conflictuale în clasa în care există elevi cu probleme emoționale și de comportament. În aceste situații, profesorul are sarcina de a direcționa energiile elevilor către activități constructive, spre comportamente adecvate și pozitive și de durată



APLICAȚIE PRACTICĂ 12

i. În grup, realizați un joc de rol pentru următoarele situații:

- a. un elev care vă răspunde obraznic
- b. un elev care vorbește în timpul orei și perturbă activitatea
- c. un elev care își jignește colegii în pauză
- d. un elev care se ceartă frecvent cu colegii, îi împinge și lovește

Analizați următoarele elemente:

- a. comportamentul elevului
- b. ce credeți că gândește și simte copilul (perspectiva elevului)
- c. ce nevoi credeți că are copilul
- d. cum se vede pe sine; ce părere are despre sine
- e. strategia abordată
- f. reacția copilului după aplicarea măsurii
- g. reacția celorlalți copii după aplicarea măsurii

ii. Jurnalul experiențelor pozitive. Realizați un jurnal săptămânal în care notați toate experiențele plăcute pe care le-ați experimentat cu un elev cu comportament problematic/indezirabil. Prima linie de mai jos reprezintă un model.

Data	Experiență plăcută	Frecvență	Reacția mea
13.02.2019	A rezolvat două exerciții la matematică	2	I-am lăudat; a primit două minute de joc pe calculator

4.6. Strategii pentru promovarea comportamentelor pozitive la clasă

Cea mai eficientă strategie este aceea de prevenire a apariției comportamentelor negative în paralel cu stimularea comportamentelor pozitive. Ideea de bază de la care se pornește, este aceea că atât comportamentele negative cât și cele pozitive sunt învățate, deci rezultă în mod logic că comportamentele acceptabile/dezirabile pot fi învățate. Comportamentul este contextual, prin urmare copiii pot fi învățați să se comporte într-un anumit mod în contextul școlar. Comportamentele acceptabile sunt apoi întărite prin asigurarea unui mediu suportiv pentru acestea. De această abordare pot beneficia toți elevii, inclusiv cei cu CES (dacă sunt adecvate din punct de vedere al nivelului de dezvoltare al acestor copii).

Copiii au nevoia inerentă de a se simți în siguranță. Uneori, școala este singurul mediu sigur pentru copilul care are parte, de exemplu, de multă instabilitate în viața de familie. Profesorii pot modela comportamente pozitive dacă tratează elevii cu respect și construiesc relații pozitive cu aceștia. În general copiii reacționează bine la rutine și limite, în ciuda tentației de a le testa. Stabilirea de reguli și rutine în clasă necesită mult efort din partea profesorilor, dar rezultatele nu întârzie să apară.

Pentru a avea eficiență și a promova comportamente pozitive, regulile și limitele trebuie să fie implementate la clasă în mod adecvat:

- a. Regulile să fie simple și clare, discutate cu elevii în prealabil; ele pot fi expuse în clasă. Cam 5-7 reguli exprimate în termeni de comportamente observabile, sunt în general suficiente. Ele pot fi exersate cu elevii prin jocuri de rol și întărite prin laude și recompense. De asemenea trebuie stabilite și consecințe pentru diferite comportamente.
- b. Toți copiii au nevoie de atenție; de aceea, atenția acordată comportamentelor pozitive tinde să le întărească, mai ales dacă sunt urmate de laude și recompense.
- c. Multe comportamente indezirabile se produc în perioade de tranziție, de exemplu la trecerea de la o activitate la alta sau de la pauză la ora următoare, de aceea e utilă

planificarea atentă a rutinelor și a tranzițiilor, iar elevii să fie anunțați în timp util în legătură cu ceea ce urmează.

d. Instrucțiuni/comenzi clare despre ce i se cere copilului să facă; zilnic, copiii primesc un număr foarte mare de instrucțiuni. Webster-Stratton (1999) vorbesc despre o adevărată *furtună de instrucțiuni/comenzi*. Pentru a fi eficiente, instrucțiunile trebuie: să fie date după ce atenția elevilor este captată, să fie scurte, clare și specifice, să fie exprimate în termeni pozitivi, să fie urmate de o perioadă de timp pentru a se obține complianța elevilor, să fie urmate de întăriri pozitive pentru elevii care le-au respectat, să fie întărite prin alte semnale în cazul copiilor non-complianți (proximitate, contactul vizual, pronunțarea numelui elevului etc).

e. Predarea abilităților social-emoționale (prin discuții, jocuri de rol, jocuri de cooperare), precum: luarea deciziilor, rezolvarea de probleme, conștientizarea de sine, comunicarea și rezolvarea conflictelor; acestea sunt abilități esențiale care pot stimula și susține comportamentele pozitive la clasă.

f. Stabilirea unor consecințe clare și consecvente iar elevii să fie puși în situația de a alege (*“Te-am rugat de două ori să lucrezi în liniște. Dacă vei continua să vorbești, va trebui să continui lucrul la un pupitru separat”*). Consecința trebuie aplicată rapid, imediat după comportament.

Abordarea comportamentelor problematice-modelul ABC

În abordarea comportamentelor problematice, analiza comportamentală este esențială. O strategie comună este cea care analizează **antecedentul**, **comportamentul** și **consecința** (modelul ABC).

Analiza antecedentului se referă la ceea ce se întâmplă înainte de comportamentul problematic (de exemplu, elevul nu se descurcă cu sarcina de lucru, l-au supărat cuvintele unui coleg sau ceva ce s-a întâmplat în afara spațiului școlii etc). Analiza antecedentului ajută la identificarea unui anumit model/tipar de comportament.

Analiza comportamentului elevului poate fi utilă în prevenția acestuia (pentru a nu se mai repeta pe viitor). Acest tip de analiză poate ajuta la divizarea comportamentului în mai multe secvențe mici.

Analiza consecințelor comportamentului poate furniza indicii importante despre modul în care se produce sau se dezvoltă o anumită situație (de exemplu, copilul are o răbufnire urâtă și este trimis acasă, ceea ce de fapt și-a dorit să obțină).

Strategii de intervenție la nivelul comportamentului

a. Regulile clasei

Regulile clasei reprezintă o strategie importantă pentru prevenirea comportamentelor indezirabile la clasă precum: vorbitul în timpul orelor, lipsa de respect față de cadrul didactic, refuzul de răspunde solicitărilor etc). Regulile sunt foarte utile deoarece:

- i. exprimă foarte clar așteptările cadrului didactic (adesea copiii se comportă inadecvat tocmai pentru că nu sunt familiarizați cu așteptările adultului).
- ii. permit anticiparea celor mai multe probleme de comportament care pot apărea
- iii. responsabilizează copilul în raport cu propriul comportament prin stabilirea unor consecințe clare atât în cazul respectării cât și a nerespectării lor.

Pentru ca programul de implementare al regulilor să fie eficient trebuie respectate câteva aspecte:

✓ regulile să fie formulate în termeni de comportamente observabile; regulile formulate în termeni vagi (<i>"Fiți cuminți!"</i>) induc confuzie, elevii (în special cei mai mici) neștiind clar ce anume li se cere. Regulile trebuie să descrie comportamentul dorit (<i>"Vorbiți încet"</i>).	✓ regulile să fie formulate în termeni pozitivi; formulările negative sugerează interdicții (<i>"Nu alerга!"</i>) și sunt percepute de copil ca și constrângere, ceea ce favorizează nesupunerea.
---	---

✓ regulile să fie formulate simplu, pentru a fi ușor de reținut	✓ să fie revizuite împreună cu elevii pentru a putea fi adaptate la situații noi.
✓ numărul de reguli și conținutul acestora trebuie adaptate la vârsta copiilor (nu mai mult de 5-7).	✓ fiecare regulă să fie stabilită pornind de la un obiectiv/rezultat la care trebuie să se ajungă prin respectarea acelei reguli.
✓ să fie explicate copiilor astfel încât aceștia să înțeleagă necesitatea respectării lor.	✓ regulile trebuie reamintite copiilor periodic prin mesaje verbale, desene și pot fi exersate prin jocuri de rol..
✓ aplicarea regulilor să se facă cu consecvență.	✓ să fie comunicate și familiei.
✓ elevii să fie implicați în mod direct în stabilirea regulilor, fiind astfel mai dotori să respecte o regulă la stabilirea căreia au contribuit.	



APLICAȚIE PRACTICĂ 13

Reformulați afirmațiile negative de mai jos în termeni pozitivi:

Afirmația negativă	Afirmația modificată
1. „Iar ai venit cu tema nefăcută la matematică”.	1. ...
2. „Nu mai răspundeți neîntrebați”.	
3. „Nu mai alergați în școală”.	
4. „Nu mai țipați atât!”	
5. “Nu întrerupeți un coleg când vorbește”.	

Exemplu: 1 – “Se pare că ai uitat din nou să îți faci tema la matematică. Mă întreb cum am putea rezolva această problemă”.

b. Instrucțiunile

Instrucțiunile sunt afirmații prin care adulții direcționează copiii către realizarea unor comportamente de specifice contextului școlar (activitatea de la clasă, comportamentul din timpul pauzelor etc). Rolul instrucțiunilor este acela de a asigura un mediu sigur și favorabil activității de învățare. Copilul cu probleme de comportament manifestă crize de furie, protestează și sfidează autoritatea adultului. Aceste comportamente apar de obicei când vor să evite sarcini de lucru care nu le plac sau la care nu se descurcă. În ambele cazuri, noncompliance trebuie înțeleasă ca modalitate prin care copilul încearcă să-și manifeste autonomia față de adult dar și ca modalitate de testare a limitelor.

Pentru a crește compliance la instrucțiuni, este preferabil ca:

- i. Formularea instrucțiunilor să se facă în termeni de comportamente observabile (formularea vagă “Potolește-te”, duce la non-compliance; „Te rog să încetezi să mai vorbești”, este o formulare mai potrivită).
- ii. Formularea instrucțiunilor să se facă în termeni pozitivi (în loc să se interzică anumite comportamente, este de preferat să se indice copilului comportamentul adecvat cerut („Nu te mai juca!” poate fi înlocuit cu „Te rog să pui jucăria pe catedră!”)
- iii. Realizarea contactului vizual în timpul adresării unei instrucțiuni individuale.
- iv. Stabilirea unor consecințe clare pentru nerespectarea instrucțiunilor; dacă în ciuda eforturilor cadrului didactic copilul continuă să fie non-compliant, i se va atrage atenția asupra consecințelor negative ce vor urma („Dacă continui să te joci, nu vei termina fișa la timp și vei pierde 5 minute din pauză”). Tentativa de constrângere sau amenințarea de pe poziții de forță („Ți-am spus să încetezi! Dacă nu pui jucăria pe catedră, nu mai ieși în pauză!”) escaladează conflictul, copilul fiind cu atât mai necooperant cu cât cadrul didactic este mai iritat.

c. Lauda și atenția pozitivă

Laudele reprezintă recompense sociale care pot crește frecvența comportamentului adecvat dacă sunt făcute imediat după realizarea acestuia. Reprezintă o componentă foarte importantă a procesului de disciplinare pozitivă.



APLICAȚIE PRACTICĂ 14

Enumerați câteva situații în care ați folosit lauda și câteva situații în care ați folosit încurajarea unui comportament la clasă, apoi discutați:

- i. Cum au reacționat elevii?
- ii. Cum v-ați simțit?

d. Sistemele de recompense

Reprezintă o strategie prin care un comportament pozitiv este recompensat prin întăriri simbolice care ulterior pot fi transformate în alte tipuri de recompense. Tipuri de recompense ce pot fi folosite sunt:

- i. Recompense simbolice: buline, jetoane, ștampile.
- ii. Recompense sub formă de obiecte: insigne, creioane, jucării, abțibilduri, baloane.
- iii. Recompense sub formă de activități/premii: timp suplimentar de joacă, alegerea temei de discuție/compunere, alegerea unei povești ce va fi citită în clasă, responsabilizarea privind anumite activități din clasă (împărțirea fișelor sau a caietelor de lucru, adunarea fișelor de lucru, udarea plantelor, acordarea de diplome pentru comportamente deosebite etc).

e. Sancționarea comportamentelor neadecvate

Sancțiunile sau pedepsele reprezintă o strategie de diminuare a frecvenței de manifestare a unui comportament nedorit. În principal pot fi utilizate trei strategii de sancționare a comportamentelor indezirabile la clasă:

- i. Ignorarea

- ii. Stabilirea consecințelor
- iii. Excluderea.

e1. Ignorarea sistematică:

Este acțiunea de a nu acorda atenție (conștient și intenționat) comportamentelor negative ale copilului, premisa fiind aceea că unele comportamente ale copilului vizează obținerea atenției, în orice formă, inclusiv atenția negativă. Ignorarea sistematică e recomandată pentru comportamentele minore (grimase, smiorcăieli, vociferări, crize de plâns sau de furie). Atenția (chiar și cea negativă) acționează ca recompensă pentru comportamentul negativ și crește frecvența de apariție a acestuia. Strategia ignorării este contraindicată în cazul comportamentelor grave care necesită intervenția adultului, ca de exemplu: agresivitatea, sfidarea, minciuna, furtul.

Utilizarea eficientă a acestei strategii, presupune respectarea următoarelor aspecte:

- i. Lipsa contactului vizual și a oricărei alte forme de manifestare a dezaprobării față de ceea ce spune sau face copilul;
- ii. Ignorarea produce la început o intensificare a comportamentului indezirabil, deoarece copilul testează consecvența adultului. Acest lucru se întâmplă mai ales în cazul copiilor obișnuiți ca adulții să cedeze în fața crizelor lor de furie;
- iii. Ignorarea se încheie atunci când copilul încetează să manifeste comportamentul indezirabil. Dacă comportamentul copilului se modifică în bine, cadrul didactic îl va lăuda imediat.



APLICAȚIE PRACTICĂ 15

i. Cum ați aborda corect familia copilului cu comportamente problematice/indezirabile? Cum ați putea eficientiza comunicarea cu aceasta? Cum ați putea să îi implicați pe părinți în găsirea unor soluții de îmbunătățire a comportamentului copilului? Abordați următoarele tipuri de comportamente:

- a. copilul își agresează frecvent colegii de clasă, îi împinge și lovește, le vorbește urât.
- b. copilul refuză în mod sistematic să execute sarcinile de lucru la clasă.
- c. copilul vine deseori cu temele nefăcute sau cu lecția neînvățată.
- d. copilul vă răspunde obraznic.

ii. În grup, realizați un joc de rol prin care să abordați următoarele comportamente problematice:

- a. elevul care este agresiv-copilul care sfidează autoritatea cadrului didactic
- b. elevul care intimidează alți copii
- c. elevul care minte
- d. elevul care procrastinează
- e. elevul hiperactiv
- f. elevul care vorbește neîntrebat

Realizați analiza respectând pașii următori:

- ✓ care ar putea fi principalele obiective propuse pentru îmbunătățirea comportamentelor indezirabile ale acestor elevi?
- ✓ identificați principalele nevoi ale fiecărui elev precum și dificultățile pe care le întâmpină în relația cu ceilalți?
- ✓ cum ați putea stimula și consolida comportamentele de tip cooperare ale fiecărui elev prezentat mai sus?
- ✓ ce strategii de disciplinare pozitivă credeți că ar putea fi eficiente pentru a răspunde nevoilor acestor elevi?

e2. Stabilirea consecințelor:

În interacțiunile din clasă, cea mai frecventă modalitate de sancționare a comportamentelor nedorite sunt consecințele logice (stabilirea unei sancțiuni ce are legătură cu comportamentul negativ manifestat (Dreikurs, 1997). Pentru un elev care refuză să realizeze sarcina de lucru, de exemplu, consecința logică poate fi aceea că va fi

obligat să rămână în pauză pentru a o finaliza. Aceste consecințe sunt eficiente pentru că îi determină pe copii să se gândească la comportamentul lor și sunt percepute ca fiind corecte deoarece sunt direct legate de comportamentul negativ. La clasă pot fi utilizate și alte tipuri de consecințe (mutarea copilului în momentul în care comportamentul lui este întărit de reacția colegilor). De exemplu, copilul râde, încearcă să atragă un alt coleg scoțând diverse sunete și nu se oprește deși este avertizat; în acest caz i se poate cere să se așeze într-o bancă singur sau să ia loc lângă profesor. Acest tip de sancțiune nu înseamnă excludere, deoarece copilul este implicat în sarcina de lucru în tot acest timp și participă la activitatea de învățare, doar că acest lucru se face fiind la distanță de ceilalți copii.

Pentru ca aceste strategii să fie eficiente, se recomandă:

- i. Administrarea consecințelor să fie făcută cu consecvență.
- ii. Administrarea consecinței să se facă imediat (cu cât intervalul dintre manifestarea comportamentului și aplicarea consecinței este mai scurt, cu atât sancțiunea este mai eficientă).
- iii. Administrarea consecinței să se facă numai după ce copiii au fost avertizați ("Dacă vei continua să vorbești cu colegul de bancă, te voi muta în altă bancă").
- iv. Administrarea consecințelor să fie făcută în mod corect, adică elevii să nu fie tratați preferențial.

O altă modalitate de sancționare a comportamentelor nepotrivite este **retragerea privilegiilor**, adică sancționarea unui comportament prin retragerea unei recompense. Strategia funcționează în măsura în care cadrul didactic cunoaște preferințele respectivului copil (dacă îi place să iasă în pauze în curte să se joace, retragerea privilegiului de a se juca în curte în pauza următoare poate fi o sancțiune eficientă a comportamentului negativ).

e3. Excluderea:

Este un tip de sancțiune ce presupune limitarea accesului copilului la activități plăcute sau/și la interacțiuni cu ceilalți. Se folosește în cazul copiilor care au vârsta de cel puțin 4

ani (cei mai mici nu înțeleg sancțiunea și nici nu au răbdare să stea la locul stabilit pentru excludere). Regula folosită în cazul excluderii este următoarea: timpul de excludere în minute este egal cu vârsta cronologică a copilului (de ex un copil de 7 ani va primi 7 minute de excludere).

Aplicarea corectă a acestei strategii (Kerr, Nelson, 2006) presupune:

- i. *Menținerea calmului* (în perioada excluderii, cadrul didactic nu va acorda atenție elevului (lipsa contactului vizual, încetarea comunicării); atenția negativă, țipetele, amenințările scad eficiența tehnicii și încurajează comportamentul neadecvat.
- ii. *Avertizarea copilului în legătură cu aplicarea excluderii* (se aplică doar după ce copilul a fost avertizat pentru a-i da timp să își corecteze comportamentul “Te rog să încetezi, altfel vei sta la colț”).
- iii. *Folosirea consecventă a excluderii* (amenințarea cu sancțiunea trebuie evitată dacă profesorul nu are de gând să o aplice, altfel copilul primește mesaje inadecvate iar strategia își pierde eficiența).
- iv. *Excluderea să fie folosită ca situație de învățare*: în perioada de excludere copilul să se gândească la ce ar putea face pe viitor pentru a se comporta adecvat. Ieșirea din excludere dă cadrului didactic ocazia de a discuta cu calm și de a stabili împreună cu copiii modalități potrivite de comportament în situații asemănătoare.

Excluderea trebuie să fie folosită ca sancțiune doar în anumite cazuri (când copilul încalcă în mod repetat o instrucțiune sau se comportă agresiv). Excluderea are la bază ideea conform căreia în urma unui comportament indezirabil, copilul pierde privilegiul de a sta în preajma celorlalți. În același timp, ea nu trebuie folosită în exces întrucât își pierde eficiența (să se aplice pentru un număr redus de comportamente și doar atunci când administrarea consecințelor nu a funcționat). Excluderea poate fi utilizată până în jurul vârstei de 9-10 ani pentru că în cazul copiilor mai mari mai eficiente sunt sancțiunile sub formă de consecințe.



APLICAȚIE PRACTICĂ 16

i. Realizați un joc de rol prin care să redați perspectiva unui elev care manifestă care un comportament indezirabil/deranjant (elevul care agresează, care sfidează autoritatea adultului, care minte, care procrastinează, etc):

- a. ce gândește și simte un asemenea elev?
- b. ce nevoi are?
- c. cine i-ar putea satisface nevoile?
- d. cum se vede pe sine?
- e. cum îi vede pe cei din jurul lui (colegii, profesorii, membrii familiei)
- f. cum își vede viitorul?
- g. ce așteptări are de la profesorii lui?
- h. ce așteptări are de la sine?
- i. ce așteptări are de la colegii lui?
- j. ce așteptări are de la familia lui?

4.7. Metode care ajută în disciplinarea pozitivă a copiilor

Disciplinarea este un proces de învățare a unui comportament adecvat care presupune efort și răbdare din partea atât a copilului cât și a adultului. Există trei tipuri de situații ce pot fi abordate:

- (1) Situația în care copilul **învață un comportament nou**
- (2) Situația în care se dorește **consolidarea** unui comportament
- (3) Situația în care **copilul nu este motivat** pentru a face un anumit comportament.

Cele trei situații vor fi detaliate în continuare.

4.7.1. Situația în care copilul învață un comportament nou

- a. Definirea clară a comportamentului pe care copilul urmează să-l învețe;
- b. Descompunerea comportamentului respectiv în pași mici (dacă comportamentul ce urmează a fi învățat este mai complex);
- c. Utilizarea îndrumării, care, în funcție de tipul de acțiune prin care se realizează, poate fi :

- i. Îndrumare fizică (ghidarea mâinii copilului atunci când învață să scrie o literă nouă);
 - ii. Îndrumare verbală (mesaje verbale transmise înaintea sau în timpul manifestării unui comportament, legate de modul de execuție a unui comportament sau de etapele parcurse în realizarea lui-de exemplu, “acum luăm stiloul în mână...acum începem să scriem...”);
 - iii. Îndrumare prin modelare presupune să se ofere copilului un model de realizare a comportamentului respectiv, astfel încât copilul să vadă cum se procedează;
- d. Recompensarea încercărilor de realizare a comportamentului dorit: este important ca în faza de învățare a comportamentului dorit adultul să recompenseze orice încercare de realizare a acestuia. Astfel, copilul va avea curaj și va fi motivat să continue. Pe măsură ce copilul progresează, vor fi recompensate ultimele și cele mai bune aproximări ale comportamentului, ignorându-se cele depășite (copilul va fi recompensat doar dacă realizează bine comportamentul dorit);
- e. Retragera treptată a îndrumării: în momentul în care copilul se descurcă singur (stăpânește comportamentul), nu i se va mai spune ce să facă. Aceasta transmite copilului mesajul că adultul are încredere în capacitatea lui de a se descurca, ceea ce acționează ca întărire suplimentară.
- f. Recompensarea comportamentului dobândit la intervale neregulate. Pentru a consolida comportamentul nou dobândit, el trebuie recompensat la intervale neregulate. Acest lucru se poate realiza doar după ce comportamentul este învățat.

4.7.2. Situația în care se dorește consolidarea unui comportament

După ce comportamentul a fost învățat, este necesar să se aplice tehnici care să asigure persistența în timp a comportamentului. În acest scop se pot utiliza:

- i. recompensa
- ii. controlul mediului.

4.7.2.1. Situația în care copilul primește o recompensă pentru un anumit comportament

Când se dorește creșterea frecvenței sau a duratei unui comportament, se poate utiliza metoda bazată pe recompensă. În acest caz, recompensa apare ca o consecință a comportamentului și crește probabilitatea ca acesta să se producă din nou.

Tipuri de recompense ce pot fi utilizate:

- a. Recompense materiale:
- b. Recompense sociale: lauda, încurajarea, acceptarea de către ceilalți, aprecierea
- c. Activități preferate: vizionarea unui film, jocuri video, activități sportive

Trebuie ținut cont de faptul că un anumit lucru poate fi recompensă pentru un copil, dar nu și pentru altul; poate fi recompensă pentru același copil într-o situație specifică dar nu și în alta; deci recompensa este o funcție pe care un anumit lucru o are la un moment dat; realizăm că este o recompensă după ce o aplicăm și vedem dacă are efect sau nu, dacă produce repetarea comportamentului sau nu.

Putem afla ce lucruri sau situații reprezintă recompense pentru copil prin:

- a. întrebări directe : *„Ce îți place mai mult?”*; *„Ce îți dorești?”*
- b. observarea copilului: ce face mai des, ce obiecte sau activități preferă

Recompensele sociale: lauda și încurajarea

În viața de zi cu zi primim laude, aprobare sau dezaprobare, acordarea atenției, o strângere de mână, o atingere pe umăr, un zâmbet, un semn de prietenie etc ca și recompense. Cu cât recompensele primite sunt mai naturale, cu atât crește posibilitatea consolidării comportamentului dorit. Noi toți avem nevoie de apreciere și recunoaștere, laude și încurajări, indiferent de vârstă și pe tot parcursul vieții. Uneori lauda și încurajarea se întrepătrund. Lauda poate fi constructivă în relația dintre copil și adult când are valoare de încurajare (recunoașterea și încurajarea progreselor de orice fel: de exemplu încurajarea copilului atunci când este descurajat, când are un respect de sine scăzut, când este speriat etc). Efectul real al laudei

depinde foarte mult de măsura în care copilul are încredere în adultul care îl laudă, dacă așteaptă să fie lăudat sau nu și dacă are tendința de a deveni dependent de aceasta.



APLICAȚIE PRACTICĂ 17

În următoarele situații, elevii are nevoie de încurajare. Notați ce credeți că gândesc și simt elevii în respectivele situații. Notați de asemenea ce ați face și ce ați spune în aceste împrejurări:

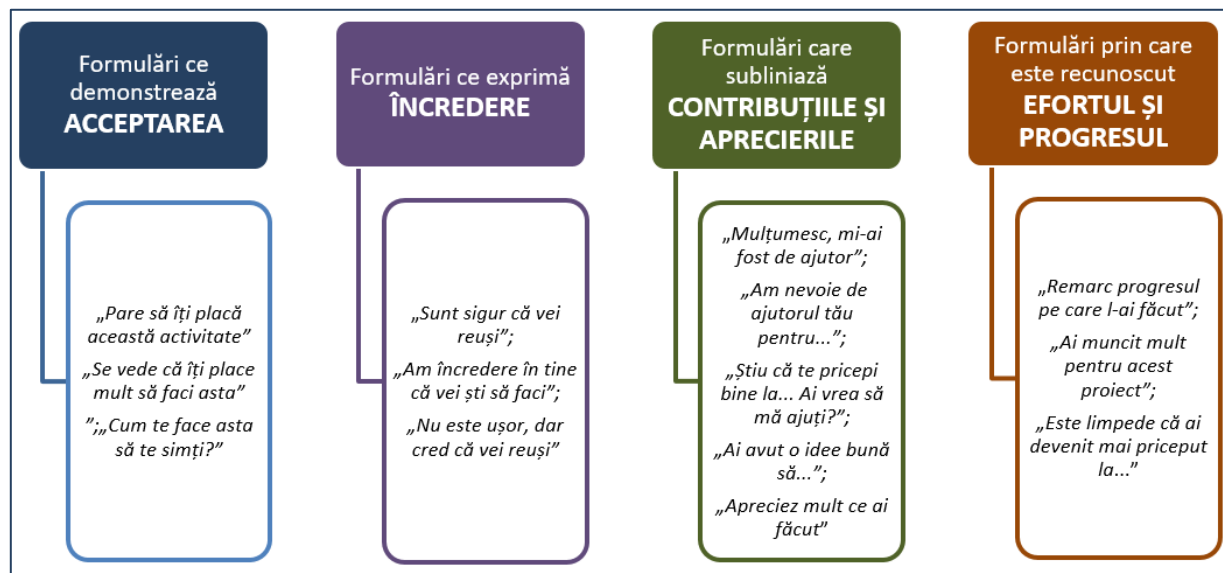
- i. câțiva dintre elevii dvs se plâng că problemele de matematică date ca temă pentru acasă sunt prea dificile.
- ii. un elev este îngrijorat din cauza prezentării proiectului și este convins că prezentarea lui nu va fi bună.
- iii. echipa de fotbal a clasei tocmai a pierdut un meci important pentru care se pregătiseră două luni.
- iv. în ciuda eforturilor făcute, o elevă a uitat poezia pe care trebuia să o recite la serbare și a început să plângă.
- v. un elev slab la matematică s-a străduit și a reușit să ia o notă bună la ultimul test dat.
- vi. în clasa dvs s-au făcut alegeri pentru șeful clasei. Unul dintre copii care își dorea foarte mult această funcție, nu a obținut-o și acum se simte foarte dezamăgit.

Cum lăudăm eficient copilul:

- a. **Să fie specifică:** se subliniază cât mai exact acele elemente ale comportamentului care sunt reușite. De exemplu: „Cred că lucrarea ta este foarte bine organizată”
- b. **Să se amintească copilului progresele făcute,** fără a-l angaja în eforturi mai mari pentru a se menține la nivelul așteptat. De exemplu: „Scrișul tău este mai frumos acum”
- c. **Să fie combinată cu încurajarea:** lauda exagerată nu ajută copilul în a-și îmbunătăți imaginea de sine, ba chiar îl poate descuraja. Ea trebuie exprimată de așa manieră încât să se axeze asupra eforturilor, progreselor și realizărilor copilului, în forma recunoașterii și aprecierii lor.

Limbajul încurajării

În formularea încurajărilor este bine să se elimine judecățile (de exemplu „bine”, „nemaipomenit”, „exceptional” etc). Acești termeni ar putea fi înlocuiți prin expresii cu mesaj încurajator, precum:



Cuvintele de încurajare pot avea un efect invers asupra copilului, chiar de descurajare dacă sunt însoțite de comentarii moralizatoare sau care îl etichetează pe copil, de exemplu: „Se pare că ai muncit nu glumă; De ce nu poți fi așa tot timpul?”; „Era și timpul să...”; „Vezi dacă te străduiești?” etc.

Încurajarea presupune deci:

- Valorizarea și acceptarea necondiționată a copilului, așa cum este el;
- Evidențierea aspectelor pozitive ale comportamentului lor;
- Exprimarea repetată a încrederii în copil, astfel încât să-și dezvolte încrederea în sine;
- Recunoașterea și aprecierea nu doar a realizărilor copilului, ci și a îmbunătățirilor și mai ales a eforturilor pe care copilul le face;
- Aprecierea oricărei contribuții pe care copilul o aduce.

Botiș și Tăraș (2004) subliniază diferențele între laudă și încurajare după cum se poate observa în tabelul de mai jos:

	Lauda	Încurajarea
Caracteristici fundamentale	Focalizarea este pe controlul extern. Centrarea este mai mult pe evaluarea externă. Copilul este răsplătit numai pentru sarcini finalizate și bine făcute. Focalizarea este pe autoevaluare și pe câștig personal.	Focalizarea este pe capacitatea copilului de a învăța să fie responsabil. Centrarea este pe evaluarea internă. Recunoașterea efortului și a îmbunătățirilor comportamentului. Focalizare pe realizările și contribuțiile copilului.
Ce pot înțelege copiii	Sunt valoros numai când fac ceea ce vor alții. Ca să fiu perceput ca valoros trebuie să vă fac pe plac. Ca să fiu valoros trebuie să împlinesc standardele celorlalți. Sunt cel mai bun și trebuie să continui să mă mențin mai bune decât ceilalți pentru a rămâne valoros.	Am încredere că pot deveni independent și responsabil. Cel mai important este cum mă simt eu față de mine și privitor la eforturile mele. Nu trebuie să fiu perfect; sunt mai importante eforturile și progresele mele. Contribuția mea contează. Sunt apreciat(ă).
Consecințe posibile	Copiii învață să-și aprecieze propria valoare în funcție de abilitatea lor de a-i mulțumi pe alții. Copiii care nu se conformează cerințelor altora pot vedea orice formă de cooperare ca pe o favoare pe care o fac altora.	Copiii învață să aibă curajul de a fi imperfect și disponibilitatea de a se angaja în noi încercări, câștigă încredere în ei înșiși și devin responsabili pentru propriul comportament.

	Copiii învață să își aprecieze valoarea proprie în funcție de cum reușesc să-i mulțumească pe ceilalți, deci învață să acționeze sau să evite acțiunea în funcție de aprobarea sau dezaprobarea celorlalți. Copiii își stabilesc standarde nerealiste și își apreciază valoarea după cât de aproape sunt de perfecțiune. În plus, sunt speriați de eșec. Copiii învață să se angajeze cu îndârjire în competiții, să urmărească înțâietatea cu orice preț. Se simt valoroși numai când sunt <i>în top</i>.	Copiii învață să-și evalueze propriile progrese și să ia decizii personale. Copiii învață să aprecieze eforturile lor și ale altora și își dezvoltă motivația de a persista în sarcină. Copiii învață să-și folosească talentele și eforturile pentru binele tuturor, nu numai pentru binele personal, să se bucure de succesul altora ca și de succesul lor propriu.
--	---	--

Recomandări pentru aplicarea recompensei:

- Definirea comportamentului specific căruia se dorește să i se crească frecvența, durata sau intensitatea;
- Identificarea recompenselor ce pot fi acordate copilului pentru comportamentul respectiv;
- Utilizarea recompenselor disponibile (lucruri simple disponibile și atractive pentru copil)
- Trecerea treptată de la recompense artificiale la recompense naturale (cu cât recompensele sunt mai naturale, cu atât comportamentul țintă se consolidează și persistă în timp);

- v. Utilizarea unui repertoriu larg și alternativ de recompense, astfel încât să se prevină saturația. Dacă copilului i se oferă mereu aceeași recompensă, la un moment dat se poate plictisi de ea și să nu mai producă efectul de la început.
- vi. Descrierea comportamentului în momentul aplicării recompensei, facilitează învățarea acestuia.
- vii. Repetarea verbală a regulii pe care se bazează recompensa, facilitează învățarea acesteia.
- viii. Copilul poate fi învățat să-și identifice și să-și autoadministreze recompensele.
- ix. Compararea comportamentului (intensitate, frecvență, durată) înainte și după administrarea recompensei pentru a constata efectul ei (dacă este sau nu o recompensă și dacă este eficientă).
- x. Trecerea de la recompensa aplicată imediat, în faza de învățare, la recompensa aplicată neregulat, în faza de consolidare a comportamentului.

Trebuie precizat totuși că o serie de studii și autori au arătat că persoanele care se așteaptă să primească o recompensă pentru finalizarea unei sarcini (sau pentru a face aceasta cu succes) pur și simplu nu se descurcă la fel de bine ca persoanele care nu așteaptă nimic în schimb (Kohn, 1993). Acest efect este puternic la copiii mici, copiii mari și adulți, bărbați și femei, pentru toate tipurile de recompense, de exemplu pentru sarcini ce duc de la memorarea unor fapte, la proiectarea de colaje sau chiar rezolvarea de probleme matematice. În general, cu cât se cere o gândire cognitivă cu durată nedeterminată, cu atât oamenii au tendința de a acționa mai rău atunci când aceasta s-a făcut în schimbul unei recompense. R. M. Ryan și E. L. Deci (1985, teoria motivației intrinseci și autodeterminării) descriu utilizarea de recompense ca fiind o formă de „control prin seducere”. De control, fie prin amenințări sau mită, ceea ce ne conduce la a face lucrurile în locul copiilor, mai degrabă decât de a lucra cu ei. Acest lucru slăbește în cele din urmă relațiile, atât în rândul elevilor (care duce la un interes redus în a lucra cu colegii), precum și în relațiile între elevi și adulți (în măsura în care cerând ajutorul își reduc șansele de a primi o recompensă).

Mai mult decât atât, elevii care sunt încurajați să se gândească la note, la autocolante sau alte cadouri devin mai puțin înclinați să exploreze idei, să devină creativi sau să-și asume

responsabilități. Cel puțin zece studii au arătat că persoanele cărora li s-a oferit o recompensă aleg, în general, sarcina cea mai ușoară (A. Kohn, 1993). În absența unor recompense, copiii sunt înclinați să aleagă sarcini care sunt dincolo de nivelul lor de calificare; când o activitate se asociază din start cu o recompensă, interesul ajunge să fie pentru aceasta din urma și nu pentru activitatea în sine. Când recompensa este eliminată sau scade în atractivitate (orice tip de recompensă care este folosită constant în aceeași formă devine nestimulativă) interesul dispare și el (Mihalcea O, *“Sunt recompensele cea mai buna solutie in educatia copiilor?”*²).

4.7.2.2. Controlul mediului

Această tehnică este recomandată atunci când copilul deja a învățat un anumit comportament iar adultul dorește să faciliteze producerea lui. Se știe că mediul ne influențează comportamentul și are două caracteristici:

- i. Mediul comunică un anumit mesaj, de exemplu: „Aici este o sală de clasă pentru că sunt bănci peste tot”
- ii. Mediul favorizează/facilitează un anumit comportament, de exemplu: dacă lângă biroul unde copilul își face temele se află o bibliotecă este foarte probabil ca la un moment dat copilul să ia o carte și să o răsfoiască/citească; dacă în cameră se află un computer, este mai probabil ca la un moment dat copilul să îl utilizeze sau să facă temele cu computerul deschis.

Recomandări privind aplicarea acestei metode:

- i. Se identifică comportamentul ce se dorește a fi stimulat;
- ii. Se observă în ce mediu apare;
- iii. Se reproduce cât mai bine situația din acel mediu;
- iv. Se recompensează apariția comportamentului, după regulile prezentate anterior.

² http://www.gradinitagoodstart.ro/sunt-recompensele-cea-mai-buna-solutie-in-educatia-copiilor-_69.html



APLICAȚIE PRACTICĂ 18

Propuneți un set de măsuri care credeți că ar putea crea un mediu cât mai plăcut și stimulativ pentru elevii astfel încât să fie cooperanți și implicați în activitățile de la clasă (activitate de grup, fiecare membru va propune 2-3 idei).

4.7.3. Situația în care copilul nu este motivat pentru a face un anumit comportament/nu vrea

Uneori copilul nu vrea să facă un anumit comportament chiar dacă știe că adultul îl așteaptă. În aceste situații se pot folosi câteva metode:

- a. metoda consecințelor logice și naturale
- b. contractul comportamental
- c. extincția
- d. excluderea.

4.7.3.1. *Metoda consecințelor logice și naturale*

Orice comportament este urmat de consecințe. Unele consecințe apar natural, fără a fi fost plănuite sau premeditate. Ele decurg firesc din comportamentul copilului, fără ca adultul să intervină în vreun fel, motiv pentru care ele au fost denumite **consecințe naturale**. De exemplu, unui copil care refuză să mănânce îi va fi foame.

Consecințele logice decurg de asemenea din acțiuni, dar acestea sunt alese de către adult și prezentate ca alternative. De exemplu, copilul va primi de mâncare doar după ce se spală pe mâini. Pentru ca aceste consecințe să aibă efectul dorit, este recomandabil să existe o relație logică între consecințe și comportamentul inadecvat, relație pe care copilul să o observe. Adică, consecința trebuie să corespundă comportamentului inadecvat într-un mod logic. De exemplu dacă elevul sparge un pahar, o consecință logică ar fi ca adultul să pună copilul să strângă cioburile în timp ce consecința naturală ar fi aceea că nu va mai putea folosi acel pahar (are efect dacă era

un pahar preferat de copil). Metoda consecințelor logice și naturale ajută adultul să dezvolte la copil simțul responsabilității, capacitatea de a lua decizii adecvate și spiritul de cooperare.

Botiș și Tărău (2004) prezintă caracteristicile consecințelor naturale și a celor logice, așa cum se poate vedea în cele două tabele de mai jos:

i. Consecințele naturale

Caracteristici majore	Mesaj înțeles de copil	Reacția probabilă a copilului
Exprimă ordinea naturală a lucrurilor.	Am încredere că vei învăța din comportamentul tău.	Cooperare, respect față de sine și față de ceilalți, autodisciplinare.
Se leagă în mod natural de comportamentul neadecvat.	Am încredere că vei fi responsabil în decizia pe care o vei lua.	Învăță din experiență.
Copilul este tratat cu respect și demnitate.	Nu tu ești problema, ci comportamentul tău.	Va avea o părere bună despre el. Crește probabilitatea apariției comportamentelor adecvate în locul celor inadecvate.
E o metodă centrată pe comportamentul prezent și viitor al copilului.	Ești o persoană care poate avea grijă de ea.	Devine o persoană care poate să ia singură decizii.
Tonul vocii este calm.	Te iubesc, dar nu îmi place comportamentul tău.	Acceptă dragostea părinților și se simte sigur de ea.
Permite copilului să ia singur decizii.	Am încredere în tine: ești capabil să iei singur decizii.	Se va simți capabil de a lua decizii responsabile.

ii. Consecințele logice

Caracteristici majore	Mesaj înțeles de copil	Reacția probabilă a copilului
Exprimă ordinea socială a lucrurilor.	Am încredere în tine și te vom ajuta să înveți să respecti drepturile celorlalți.	Respect față de sine și față de ceilalți, cooperare.
Se leagă în mod logic de comportamentul neadecvat.	Am încredere că vei lua o decizie responsabilă, ținând cont și de drepturile celorlalți.	Învață din comportamentul propriu.
Copilul este tratat cu demnitate și respect; se face o distincție între comportament și persoană.	Ești o persoană valoroasă.	Va avea o părere bună despre el. Transformă comportamentele neadecvate în cele adecvate.
Comunică respect copilului.	Te accept pentru ceea ce ești, dar nu sunt de acord cu comportamentul tău.	Acceptă și are încredere în dragostea părinților.
Permite copilului să ia singur decizii.	Ești capabil să iei singur decizii.	Învață să ia decizii responsabile.
Sunt centrate pe comportamentul prezent și viitor al copilului.	Ești o persoană care se poate îngriji singură.	Devine o persoană care poate să ia singură decizii.

Exemplu: copilul uită în mod frecvent să își ia pachetul cu mâncare la școală sau penarul. Consecința naturală va fi că îi va fi foame, respectiv nu va avea cu ce să scrie/va fi muștrat de profesor. Dacă copilul va fi lăsat să suporte aceste consecințe, în perioada următoare, copilul va deveni mai atent până ce nu va mai uita pachetul sau penarul. Astfel, copilul are posibilitatea să învețe din deciziile luate, să devină mai responsabil pentru faptele lui și să fie mai independent.

Recomandări practice:

- ✓ Se stabilește a cui este problema și pe cine afectează consecințele ei.
- ✓ Se explică copilului de ce trebuie să facă un anumit comportament și care sunt consecințele lui.
- ✓ Se arată copilului cum să realizeze efectiv comportamentul respectiv (modelare).
- ✓ Comportamentul se descompune în mai multe secvențe.
- ✓ Se încurajează copilul când face comportamentul și se specifică acest lucru
- ✓ Se lasă apoi consecințele naturale să intervină în consolidarea comportamentului.
- ✓ În cazul în care nu apar consecințe naturale sau în cazul în care se întrevade un posibil pericol pentru copil, acestea pot fi înlocuite cu consecințe logice.
- ✓ Se exprimă verbal relația dintre comportament și consecința logică sau naturală.
- ✓ Se acceptă greșelile ca normale, acordându-se copilului suficient timp pentru a învăța un comportament nou.

4.7.3.2. Metoda contractului comportamental

Foarte multe din neînțelegerile ce apar între adulți și copii se datorează faptului că de multe ori copiii nu știu clar ce așteptări au adulții (părinți, profesori etc) de la ei. De aceea este important ca adulții să negocieze clar cu copiii ce așteptări au unii față de ceilalți. Acest lucru se poate realiza în forma unui contract comportamental.

Un contract comportamental este o înțelegere între copil și adult (părinte/profesor/ambii) care este *certificată* de o a treia parte, ce are o poziție neutră în raport cu situația. În acest contract comportamental se menționează următoarele aspecte:

- i. Comportamentele pe care copilul le așteaptă de la adult (părinte/profesor)
- ii. Ce va face copilul în schimbul comportamentului adultului

- iii. Comportamentele pe care adultul le așteaptă de la copil
- iv. Ce va face adultul în schimbul comportamentului copilului
- v. Consecințele pentru nerespectarea angajamentului stabilit.

Atunci când adultul încheie un contract comportamental cu copilul, el trebuie să țină cont de câteva aspecte:

- i. Atât adultul cât și copilul fac o listă cu comportamentele pe care fiecare le așteaptă de la celălalt (așteptările trebuie să fie clar precizate, în termeni de comportamente specifice; de exemplu “Mi-ar plăcea să vii cu temele făcute de fiecare dată”).
- ii. Se negociază care dintre aceste comportamente pot fi deja realizate de către ambele părți, fără dificultăți prea mari, pentru ca acest contract să funcționeze, trebuie ca atât adultul cât și copilul să aleagă singuri comportamentele pe care sunt dispuși să le facă. A forța un copil să facă ceva cu care nu este de acord poate declanșa nesupunere și deci nerespectarea termenilor contractului. Atunci când copilului i se dă posibilitatea să aleagă liber să facă un anumit lucru, este mai probabil să îl și facă.
- iii. Se stabilește o listă de comportamente pe care adultul le va face în schimbul comportamentului dorit al copilului.
- iv. Se semnează contractul și se precizează cât timp este valabil și când va fi evaluată eficiența lui.
- v. Atât adultul cât și copilul își iau un angajament verbal față de persoana neutră/alte persoane, făcându-le cunoscut termenii contractului. Acest tip de angajament verbal motivează persoana să facă comportamentul negociat.

Metoda aceasta este folosită mai ales cu preadolescenții și adolescenții, care au dificultăți în a ajunge la un consens cu adulții. Faptul că ei pot negocia comportamentele dorite le dă sentimentul că părerea lor este importantă pentru adult. Pe de altă parte este indicat ca adultul să fie capabil să facă unele mici compromisuri în sensul de a accepta unele argumente aduse de copil. Acest lucru îl va face mai cooperant în viitoare discuții.

4.7.3.3. Metoda extincției comportamentului

Această metodă se folosește atunci când dorim eliminarea sau reducerea frecvenței, duratei și/sau a intensității unui comportament (să apară mai rar, mai puțin intens și să dureze mai puțin timp). Extincția presupune a nu acorda atenție comportamentului nedorit al copilului. Adeseori, în faza inițială de aplicare a extincției, frecvența, durata sau intensitatea comportamentului copilului pot să crească, apoi încep să scadă. E posibil să apară chiar o reacție agresivă din partea copilului. De asemenea, este posibil ca în perioada extincției comportamentului, să apară recompense alternative și astfel comportamentul nedorit să se mențină (de exemplu atenția altui adult).

Recomandări:

- i. Se alege un singur comportament ce urmează a fi modificat și se identifică exact recompensele ce pot încuraja respectivul comportament.
- ii. Atunci când comportamentul nedorit apare, se elimină recompensele.
- iii. Extincția trebuie aplicată cu consecvență.
- iv. Se alege un mediu favorabil realizării extincției.
- v. Se formulează regula explicit.
- vi. Se persistă în aplicarea metodei doar dacă nu se observă o schimbare în bine.
- vii. Extincția se realizează în paralel cu tehnicile pentru stimularea comportamentului dorit.

Extincția vizează eliminarea unui comportament nedorit. Dacă se dorește învățarea sau menținerea unui comportament nou, în paralel trebuie aplicate și celelalte tehnici.

4.7.3.4. Metoda excluderii

Există momente când copiii sau adulții sunt prea nervoși, iritați, agitați pentru a aborda eficient problema apărută. Excluderea (time-out) presupune parcurgerea câtorva etape:

- i. îndepărtarea copilului de locul unde a avut loc accesul de furie.

Modul în care adultul realizează acest lucru este important. Dacă adultul ridică tonul sau se încruntă sau bruschează copilul, el va interpreta aceste gesturi ca pe o pedeapsă, ceea

ce va atrage resentimente din partea lui și dorința de răzbunare. E util ca adultul să-și mențină calmul dar să acționeze ferm. Metoda oferă atât copilului cât și adultului posibilitatea de a se liniști pentru ca apoi discuția să decurgă cu calm.

ii. se alege un loc liniștit pentru copil

Este recomandabil ca locul să fie unul în care copilul se poate calma.

iii. adultul explică copilului de ce procedează în acest fel

Copilul trebuie să știe care este regula (de exemplu, „Acum ești foarte nervos, vei sta aici până ce te calmezi, apoi stăm de vorbă”).

iv. când perioada excluderii s-a încheiat, se discută situația problematică

Dacă de exemplu copilul și-a împins colegul de bancă pentru că acesta a refuzat să-i dea un creion, copilul este întrebat de către adult ce a făcut greșit și este pus să ceară scuze colegului. Apoi este întrebat cum se va comporta dacă situația se va repeta. Nu se ridică tonul la copil și nu i se ține morală.

v. adultul trebuie să încerce să identifice momentele în care copilul este pe punctul de a răbufni și să aplice metoda.

Atunci când apar semnele premergătoare unei izbucniri, copilul este întrebat dacă are nevoie de timp ca să se liniștească. Durata optimă stabilită de către experți nu trebuie să depășească numărul de minute ce corespund vârstei copilului (un copil de 7 ani de exemplu va avea nevoie de 7 minute de pauză maxim). Dacă se depășește durata optimă, copilul se poate simți pedepsit, ori scopul excluderii este tocmai acela de liniștire. Copilul poate fi chiar întrebat de câte minute are nevoie ca să se calmeze, astfel el se va simți în control și va fi mai cooperant.

vi. adultul trebuie să decidă în ce situații va folosi această tehnică. Dacă este utilizată prea des, efectul ei tinde să scadă în timp. Se discută aceste lucruri cu copilul și se aplică consecvent deciziile luate împreună.

Metoda excluderii își propune să descurajeze copilul în a recurge la comportamentul nedorit, dar metoda are mai multă eficiență atunci când adultul recunoaște și recompensează comportamentul dorit atunci când acesta apare.

Mai jos sunt prezentate principalele metode de intervenție și situațiile în care acestea se aplică, (după Botiș și Tărașu, 2004).

Tehnica	Situația în care poate fi utilizată
Mesajele la persoana I	Vrem să comunicăm copilului cum ne afectează comportamentul lui.
Învățarea	Copilul învață un comportament nou.
Recompensa	Vrem să creștem intensitatea, frecvența sau durata unui comportament.
Controlul mediului	Vrem să favorizăm apariția unui comportament.
Consecințele logice și naturale	Copilul nu vrea să facă un anumit lucru și aceasta îl afectează pe el în cea mai mare măsură.
Contractul comportamental	Copilul nu vrea să facă un anumit lucru și aceasta îl afectează și pe copil și pe adult.
Extincția	Vrem să eliminăm un comportament nedorit.
Excluderea	Copilul este prea agitat, nervos sau iritat pentru a discuta cu el.



APLICAȚIE PRACTICĂ 19

- i. Ați utilizat vreuna dintre tehnicile de mai sus la clasă? În ce situații? Ce rezultate ați obținut? Ce ați îmbunătăți acum, după parcurgerea modului?
- ii. Dacă nu ați utilizat tehnicile de mai sus – în ce situații și cum credeți că puteți aplica cel puțin 3 dintre acestea?

4.8. Tehnici de disciplinare pozitivă pentru promovarea comportamentului așteptat la elevi

Abordarea comportamentelor inadecvate și a disciplinei la clasă, reprezintă una din principalele așteptări față de profesori. Elevi nemotivați, violența crescută, lipsa de resurse și clase foarte mari sunt doar câteva dintre problemele cu care se confruntă profesorii. Nu este surprinzător în aceste condiții că percepția la nivelul societății este aceea a lipsei de disciplină în școlile publice de astăzi. Crearea unui mediu de învățare sigur și stimulat, presupune în mod esențial descreșterea actelor de indisciplină și creșterea comportamentelor adecvate. Iată câteva tehnici de disciplinare pozitivă care și-au dovedit eficiența în mediul școlar:

4.7.4. Captarea atenției

Înainte de începerea lecției, atenția tuturor elevilor va fi captată. Nu trebuie să se înceapă activitatea pe fondul gălăgiei elevilor ce nu sunt atenți. Elevii ar putea crede că profesorul nu se supără/nu este deranjat, că profesorul este în competiție cu ei sau că dorește să vorbească mai tare astfel încât ei să-și încheie discuția după ce lecția a început. Ideea lor este că profesorul acceptă ca ei să fie neatenți și că e permis să vorbească în timpul orei. Captarea atenției înseamnă că le solicită atenția înainte de începerea activității. Profesorii cu experiență știu că a păstra tăcere poate fi eficient. Ei pot accentua așteptarea, extinzând-o cu 5-10 secunde după ce întreaga clasă a făcut liniște.

Pot începe lecția folosind un ton mai liniștit/încet decât de obicei. Un profesor care utilizează un ton calm și liniștit, adesea are clase mai liniștite și mai calme decât un profesor cu o voce puternică. Elevii stau liniștiți ca să poată auzi ce spune profesorul.

4.7.5. Instrucțiuni directe

Incertitudinea crește nivelul de așteptare din clasă. Această tehnică presupune să spui elevilor exact ce urmează să se întâmple. Profesorul evidențiază ce el/ea și elevii urmează să facă în acest timp. El/ea poate seta limite de timp pentru realizarea anumitor sarcini de lucru. O modalitate de combinare eficientă a acestei tehnici cu prima este aceea de a include timp la finalul activității pentru a face ceva ce aleg ei să facă. Profesorul ar putea spune de exemplu: „Cred că vom avea timp la finalul sarcinii de lucru pentru a discuta cu colegul, a lucra ceva pentru altă oră, a merge la biblioteca școlii” etc. Profesorul va fi mai dornic să aștepte ca elevii să își focuseze atenția dacă știe că va avea timp în plus pentru a-și atinge scopurile/obiectivele. Elevii vor realiza curând că cu cât profesorul așteaptă mai mult ca ei să-și focuseze atenția, cu atât mai puțin timp liber vor avea la finalul orei.

4.7.6. Monitorizarea

Principiul de bază al acestei tehnici este cel al circulației. Profesorul trebuie să circule prin clasă, mai ales când elevii lucrează pentru a vedea și verifica progresul lor. Profesorul eficient va începe turul clasei cam la două minute după ce elevii au început să scrie. El/ea se asigură că fiecare elev a început sarcina de lucru, că elevii sunt la pagina indicată etc. Profesorul va da instrucțiuni individualizate acolo unde și când este necesar. Proximitatea profesorului stimulează elevii să se concentreze pe realizarea sarcinii de lucru. Profesorul nu întrerupe clasa, cu excepția situațiilor în care observă că mulți elevi întâmpină dificultăți pe același subiect. În acest caz, tonul folosit va fi unul calm și încet iar elevii se vor simți confortabil datorită atenției pozitive primite.

4.7.7. Modelarea

Profesorii care sunt amabili, prompti, entuziaști, în control, răbdători și organizați dau exemplu elevilor prin însăși comportamentul lor. Comportamentul de tip „Fă ce spun eu, nu ce fac eu”, transmite elevilor un mesaj care îi derutează și-i invită la un comportament nedorit. Dacă dorim

ca elevii să folosească o voce calmă în clasă în timp ce lucrează, profesorul va trebui primul să folosească un astfel de ton în timp ce se plimbă prin clasă ca să ajute elevii.

4.7.8. Indicatori non-verbali

Se referă la anumite expresii faciale, posturi ale corpului sau gesturi ale mâinii. Profesorul să aleagă cu grijă tipul de indicator non-verbal ce urmează a fi utilizat și să le explice elevilor ce se dorește ca ei să facă în momentul în care un anumit indicator non-verbal va fi folosit.

4.7.9. Controlul mediului

Clasa poate fi un mediu cald, vesel și primitor. Elevii se simt bine într-un mediu în care periodic se produc schimbări. Elevii vor să cunoască lucruri despre profesori și interesele lor. Profesorul poate include lucruri personale în spațiul clasei (hobby-uri etc, va declanșa conversații personale cu elevii; pe măsură ce îl vor cunoaște mai bine pe profesor, vor fi mai puține probleme de disciplină. Alteori, va fi poate necesar un mediu al clasei cu mai puțini stimuli distractori, întrucât sunt elevi care pot fi ușor distrași de la sarcina de lucru, fiind atrași de stimulii vizuali. Organizarea unui colțisor liniștit poate fi util pentru a ajuta acești elevi să se focuseze mai bine.

4.7.10. Intervenție minimală

Intervenția profesorului trebuie făcută cu calm pentru a evita o confruntare directă cu elevul. Profesorul eficient va avea grijă ca elevul să nu fie recompensat pentru comportamentul indezirabil prin atragerea atenției asupra sa. Activitatea clasei va fi monitorizată dacă se va plimba prin clasă. Astfel el/ea poate anticipa eventuale probleme ce pot să apară. Abordarea elevului cu comportament nepotrivit este discretă astfel încât să nu atragă atenția celorlalți. El/ea poate să se adreseze elevului care nu e atent, în mod natural, ca parte a dialogului cu întreaga clasă, spre exemplu: „*Și, după cum vezi David, acum trecem la exercițiul nr 2*”. David își aude numele și revine la sarcină, iar ceilalți par a nu observa.

4.7.11. Disciplină asertivă

Lee Canter vorbește despre îmbinarea eficientă între autoritate și laudă. Profesorul este șeful și nici un elev nu are voie să intervină în procesul de învățare al altui copil. Reguli clare sunt enunțate și întărite cu consecvență.

4.7.12. Mesaje asertive de tip „eu”

O componentă importantă a disciplinei pozitive, aceste mesaje de tip eu, sunt afirmații pe care profesorul le folosește atunci când se confruntă cu un elev care se poartă urât. Ele sunt descrieri clare a ceea ce este de așteptat din partea elevului să facă. Profesorul care utilizează bine această tehnică va orienta atenția copilului în primul rând asupra comportamentului pe care îl dorește și nu asupra comportamentului nedorit „*Aș dori ca tu să..*”; „*Am nevoie ca tu să..*”; „*Mă aștept de la tine să..*” . Un profesor lipsit de experiență ar putea încerca în mod incorect „*Vreau să încetezi să..*” doar pentru a descoperi că de obicei această remarcă duce la o confruntare cu elevul și negare. De ce? pentru că accentul e pus pe comportamentul nepotrivit urmat de replica rapidă a elevului „*Dar nu făceam nimic..*”; „*Nu e vina mea*” etc.

4.7.13. Mesaje de tip „eu”

Acest tip de mesaje scot în evidență sentimentele noastre. Thomas Gordon, creatorul TET (Teacher Effectiveness Training), spune să structurăm aceste mesaje în 3 părți. În primul rând, include descrierea comportamentului copilului. „*Când vorbești în timp ce vorbesc eu....*” În al doilea rând, relatează efectul pe care acest comportament îl are asupra ta ca profesor „*Trebuie să mă opresc din predat...*” . În al treilea rând elevul să cunoască sentimentul generat profesorului „*...ceea ce mă frustrează...*” .

Un profesor distras de un elev care a vorbit constant în timp ce acesta predă, odată și-a făcut cunoscute sentimentele prin următoarea expresie puternică „*Nu pot să-mi imaginez ce ți-am făcut ca să nu merit din partea ta același respect pe care îl primesc de la ceilalți din clasă. Dacă cumva te-am tratat într-o manieră lipsită de respect în vreun fel, te rog să-mi spui. Mă simt ca și cum te-am ofensat în vreun fel iar acum tu nu dorești să-mi arăți respect*” . După această replică, săptămâni întregi elevul nu a mai vorbit în timpul orelor sale.

4.7.14. Disciplina pozitivă

Utilizarea unor reguli ale clasei care să descrie comportamentele dorite în locul lucrurilor pe care dorim ca elevii să nu le facă. De exemplu în loc de „*Nu alergăm prin clasă*”, să folosim „*Ne mișcăm în mod ordonat*” . Sau în loc de „*Nu mestecăm gumă de mestecat*”, preferabil „*Lăsăm guma de mestecat acasă*” .

Regulile se formulează ca niște așteptări. Elevii trebuie să știe că te aștepți ca ei să se comporte în clasă în acest mod. Când se observă un comportament pozitiv, acesta poate fi recunoscut și lăudat, verbal sau prin gesturi: un zâmbet, o înclinare a capului va transmite elevului că a procedat corect și va întări comportamentul.

4.9.Tehnici care nu funcționează (Linda Albert, 1989)

Tonul ridicat al vocii	Țipatul	Expresia „Eu sunt șeful/șefa”	A insista să ai ultimul cuvânt	Folosirea sarcasmului
Expresii umilitoare, insultătoare, degradante sau stânjenitoare pentru elev	Folosirea unui limbaj al trupului tensionat, ca de exemplu o postură rigidă a corpului, pumni încleștați	Dublul standard: a determina elevul să facă ce spun eu, nu ce fac eu	Atragerea în conflict a altor persoane ce nu au legătură cu asta	Generalizări „Toți sunteți o apă și-un pământ”
Atitudinea de superioritate	Atacarea caracterului elevului	Insistența că eu am dreptate	Predica	A face presupuneri
Retragerea elevului într-un colț al clasei	Încercarea de mituire	Utilizarea forței fizice	A face acuzații fără fundament	A ține pică/ranchiună/dușmănie
Cicăleala	O criză de nervi	Imitarea elevului	A face comparații între elevi	A da comenzi, a ordona, a domina



EVALUARE 4 (preluare din Benga, Băban, Opre, 2015):

Realizați la clasă o activitate de dezvoltare a comportamentelor prosociale la școlarii mici.

Una dintre situațiile cele mai frecvente cu care se confruntă copiii cu risc de probleme de comportament este reprezentată de escaladarea reacțiilor emoționale de furie. În aceste situații, riscul pentru declanșarea unor conflicte și rezolvarea lor inadecvată prin recurgerea la comportamente de agresivitate fizică și verbală este foarte mare. În timp, aceste comportamente afectează capacitatea copiilor de a dezvolta relații de prietenie în cadrul grupului din care fac parte. Dezvoltarea abilităților de rezolvare de probleme îi poate ajuta pe copii să identifice modalități alternative, adecvate de comportament, prevenindu-se astfel apariția comportamentelor agresive.

Scopul activității de față este de a dezvolta la copii aceste abilități rezolutive.

(1) Parcurgeți, în demersul dvs următoarele etape:

- a. **Împărțiți copiilor Fișa de lucru** Știu să mă comport (anexa 7). Cereți copiilor să facă echipă împreună cu colegul/colega de bancă. Împreună, copiii vor analiza situațiile descrise identificând: reacția emoțională și comportamentul personajelor descrise. Ulterior, copiii vor propune soluții pentru situațiile descrise în fișa de lucru. Astfel, ei vor identifica gânduri alternative, precum și comportamente alternative. De exemplu, în cazul primului scenariu, răspunsurile pot fi următoarele: 1. Mihai l-a jignit pe Matei spunându-i că nu este prietenul lui; 2. Mihai s-a gândit că Matei ar fi trebuit să se comporte cum vrea el; 3. Mihai s-ar fi putut gândi că Matei trebuie să meargă la tenis și dacă ar fi putut veni nu l-ar fi refuzat; 4. Mihai ar putea să-i propună lui Matei să vină în altă zi/să-l întrebe când poate veni, să cheme un alt prieten să se joace împreună, să se liniștească (folosind poate o tehnică de respirație învățată).
- b. **Fiecare echipă va prezenta răspunsurile sale.** La alegere pentru unul dintre scenarii, diada va realiza un joc de rol pentru a ilustra comportamentul adecvat în situația respectivă.
- c. **Identificați situații din clasă pentru care copiii ar putea să propună modalități adecvate de gestionare a furiei.** Cereți copiilor/elevilor să identifice soluții și să le exemplifice prin joc de rol.



EVALUARE 5 (continuare):

(2) Analiza rezultatelor

După realizarea acestei activități la clasă, analizați modul de derulare a activității și rezultatele obținute, răspunzând la următoarele întrebări:

- a. Care au fost problemele din situația descrisă și în ce măsură copiii/elevii le-au identificat în mod corect?
- b. Care au fost consecințele reacțiilor de furie asupra gândurilor și comportamentelor personajelor și în ce măsură copiii/elevii le-au identificat corect?
- c. Care sunt comportamentele alternative posibile și care au fost comportamentele alternative identificate de copii/elevi? De ce?
- d. Care au fost gândurile/monologurile interioare alternative identificate de copii/elevi? Au fost gânduri constructive/pozitive? Au formulat monologuri interioare alternative negative? Ce ați făcut în această situație?



CAPITOLUL 5.

Rolul comunicării în stimularea comportamentelor pozitive

Relaționarea armonioasă cu copilul se obține prin intermediul unei comunicări eficiente. Aceasta reprezintă ingredientul esențial în educarea copilului atât în familie cât și la școală. Comunicarea deficitară cu copilul este contraproductivă. A spune copilului mereu ce să facă, a-l cicăli, a-l critica în mod constant și a-i reaminti greșelile, a-l amenința cu pedepse, a-i ține prelegeri nesfârșite, a-l ironiza, evalua, eticheta, a-l ridiculiza - toate constituie bariere de comunicare care perturbă comunicarea și subminează relația cu el. Copilul are așteptările lui de la adult, uneori are nevoie pur și simplu să fie lăsat în pace, sau să fie ascultat și înțeles, să i se accepte și valideze sentimentele, fără a fi etichetate.

5.1. Strategii de comunicare cadru didactic-elevi

5.1.1. Gestionarea de către cadrul didactic a propriilor reacții emoționale

Copiii cu probleme de comportament pot genera mult stres și frustrare cadrelor didactice, care au dificultăți în gestionarea acestor emoții negative. Este foarte important ca în relația cu copilul problematic, cadrul didactic să își mențină calmul. Enervarea, ridicarea tonului, predicile, amenințările, etichetările, au un impact negativ asupra acestor copii și zero eficiență în ceea ce privește corectarea comportamentului nepotrivit, ducând în schimb la diminuarea autorității cadrului didactic. Comunicarea de către cadrul didactic a așteptărilor pe care le are de la elevi trebuie făcută pe un ton calm dar ferm, astfel încât să determine copiii să fie complianți.

5.1.2. Evitarea de către cadrul didactic a etichetării elevilor cu comportamente problematice

Etichetarea elevilor de către cadrul didactic (*“Esti rău, ești leneș”*) face ca acesta să fie inclus în categoria elevilor problemă. Cadrul didactic poate fi tentat să noteze mai ales

comportamentele nepotrivite ale copilului care îi întăresc ideea că a avut dreptate în a-l eticheta, și să minimalizeze comportamentele pozitive, adecvate ale copilului. Mai mult, inclusiv ceilalți elevi tind să preia atitudinea cadrului didactic față de acel copil și să-l trateze diferit. Astfel copilul problematic și-a lovit colegul pentru că este rău, în timp ce copilul neproblematic și-a lovit colegul pentru că era furios.

5.1.3. Comunicarea de către cadrul didactic a criticilor într-o manieră adecvată

Adeseori, atitudinea cadrului didactic față de un anumit elev influențează percepția pe care ceilalți elevi o au despre acel copil. Dacă profesorul îl critică adesea pe acel copil și îl etichetează, ceilalți elevi vor manifesta aceeași atitudine, care ce mai adesea este una de respingere și marginalizare a respectivului copil. Dacă însă cadrul didactic va critica comportamentele indezirabile de o manieră calmă și constructivă, copiii vor dezvolta abilități de rezolvare a problemelor și de gestionare corectă a relațiilor cu ceilalți. “Mă deranjează să văd că ai luat cartea colegului de bancă fără să-i ceri voie. Dacă ai nevoie de cartea lui, cum crezi că i-ai putea comunica acest lucru?”

Există un cerc vicios în sensul că în general copiii agresivi se așteaptă să fi respinși de colegi, în timp ce colegii lor se așteaptă la comportamente indezirabile din partea lor. Integrarea acestor copii în grupul clasă precum și acceptarea lor de către colegi este mult facilitată dacă cadrul didactic promovează dezvoltarea abilităților social-emoționale la elevi. Astfel, ei pot deveni mai cooperanți și chiar vor reuși să lege prietenii cu ceilalți elevi.



APLICAȚIE PRACTICĂ 20

i. Propuneți 3 activități concrete prin care ar putea fi îmbunătățită comunicarea și calitatea relației cu elevii dvs la clasă.

Activități
1 -
2 -
3 -

ii. Realizați un joc de rol prin care să abordați un comportament problematic creat de un elev de la clasă (de exemplu, împinge sau lovește un coleg în pauză; îi vorbește urât colegului de bancă; refuză să-și completeze fișa de lucru etc). Ce strategie/strategii ați utiliza cu elevul? Cum ați aborda familia elevului?

Comportamentul problematic	
Strategii de abordare a elevului	
Strategii de abordare a familiei	

5.2. Strategii de comunicare cadru didactic-familie

Relația de parteneriat între școală și familie este una din cheile succesului în abordarea eficientă a copilului cu probleme comportamentale.

5.2.1. Cultivarea și menținerea unei relații de comunicare cu părinții

Relația de comunicare cu părinții trebuie cultivată și menținută pe tot parcursul anului școlar. Părinții trebuie să cunoască progresele copilului și a comportamentelor pozitive ale fiecărui elev din clasă. Părinții creștează mai bine eventualele critici aduse comportamentului copilului dacă constată implicarea reală și motivarea pentru găsirea unor soluții a cadrului didactic. În acest caz, ei vor fi mai predispuși să coopereze la găsirea unor soluții eficiente pentru rezolvarea comportamentelor problematice ale copilului.

5.2.2. Criticarea de către cadrul didactic a comportamentului, nu a copilului

O reacție obișnuită a părinților atunci când sunt informați asupra problemelor comportamentale ale copilului lor, este aceea de a intra în defensivă. Astfel, formulări de genul “Copilul dv este un copil problemă și deranjează orele”, sugerează o critică la adresa copilului. O formulare mai adecvată în acest caz ar putea suna astfel : “Mă îngrijorează faptul că Andrei își deranjează colegii în timpul orelor”. Acest tip de mesaj vizează un comportament neadecvat al copilului, fără însă a-l eticheta și atrage în mai mare măsură disponibilitatea părintelui de a coopera cu cadrul didactic.

5.2.3. Identificarea împreună cu părinții copilului a unor soluții de corectare a comportamentelor problematice

Întrucât există posibilitatea ca viziunea părintelui asupra problemei copilului să fie diferită de cea a cadrului didactic, este preferabil ca soluțiile pentru comportamentele problematice ale copilului să fie găsite împreună cu acesta și nu date de-a gata de către cadrul didactic. Părintele poate fi încurajat să propună soluții pentru gestionarea situației iar planul de intervenție poate fi elaborat împreună.

Comunicarea nu se reduce doar la faptul de a vorbi. Comunicarea adevărată presupune respect reciproc, adică exprimarea adevăratelor sentimente atât de către copil cât și de către adult, iar acest lucru trebuie făcut cu sinceritate și onestitate. Copilul trebuie să primească din partea adultului mesaje privind acceptarea și respectul față de părerea sentimentele lui, chiar dacă nu adultul nu este de acord cu părerea exprimată de copil. Acceptarea opiniei și a sentimentelor copilului pot fi demonstrate prin tonul vocii, cuvintele utilizate și comportamentul nonverbal (mimica, gesturile, postura corpului), care adesea vorbește mai direct decât limbajul verbal.

5.3. Principalele bariere în comunicarea adult-copil

Tipurile de comunicare enumerate mai jos pot bloca copilul și-l pot împiedica să își manifeste sentimentele în mod deschis, deci comunicarea va fi blocată. Atât părinții cât și profesorii pot uneori să adopte anumite roluri în relația cu copilul, care nu ușurează cu nimic comunicarea. Botiș(2004), enumeră o serie de roluri prezentate în tabelul de mai jos.

Tabel 1 – Roluri ale adultului în relația cu copilul

Comandant:	părintele/profesorul care adoptă acest rol dorește să țină lucrurile sub control și cere copilului să se supună imediat. Ordinele, comenzile și amenințările sunt unealtele pe care le folosește comandantul.
Moralizator:	moralizatorul este părintele/profesorul care folosește frecvent expresia “ar trebui să”. „Ar trebui să faci asta” și „nu ar trebui să faci asta” sunt afirmații specifice acestui rol.
Atotștiutor:	părinții/profesorii care adoptă acest rol încearcă să le arate copiilor că adulții, având o experiență bogată de viață, cunosc toate răspunsurile. Ei dau sfaturi și încearcă să arate copiilor cât de multe știu ei.
Judecător:	în acest rol, adultul dă verdictul vinovăției copilului fără a analiza situația. El va arăta că are întotdeauna dreptate, în timp ce copilul greșește mereu.

Critic:	ca și judecătorul, moralizatorul și atotștiutorul, părintele/profesorul care critică este interesat să demonstreze că el are dreptate, dar în plus folosește ridiculizarea, sarcasmul sau glumele pentru a demonstra acest lucru copilului.
Psiholog:	adultul psiholog încearcă să analizeze problema. Cu cele mai bune intenții, acest adult vrea să audă toate detaliile pentru a analiza, diagnostica și pune întrebări. Partea mai neplăcută survine în momentul în care vrea să ofere soluții, care nu se suprapun peste perspectiva și nevoile copilului.
Cloșcă:	în acest caz, adultul încearcă să asigure copilul că totul este în regulă, când de fapt lucrurile nu stau chiar așa

În ciuda bunelor intenții din spatele acestor roluri ale adultului, ele au ca efect blocarea comunicării.

5.4. Dezvoltarea abilităților de comunicare eficientă cu copilul

O comunicare eficientă presupune două procese, ambele foarte importante, și anume

5.4.1. Ascultarea reflexivă

Ascultarea reflexivă implică înțelegerea a ceea ce copilul simte și vrea să spună și apoi repetarea ideilor exprimate, într-un mod în care acesta să se simtă înțeles și acceptat. Ascultarea reflexivă înseamnă să poți convinge copilul că înțelegi cu adevărat sentimentele din spatele cuvintelor lui.

Exemplu de ascultare reflexivă:

Copilul: *“Am greșit rezolvarea. Nu am să mă descurc niciodată la matematică!”*

Profesorul: *„Te simți dezamăgit și frustrat și ai vrea să renunți.”*

Comunicarea are două componente verbală și non-verbală. Expresiile noastre faciale, gesturile pe care le facem, poziția corpului în timpul comunicării transmite copilului mesajul că este ascultat sau dimpotrivă, că nu suntem atenți la ceea ce el dorește să ne comunice.

Profesorul poate comunica non-verbal printr-un simplu zâmbet, o încruntare a feței, o atingere pe umăr etc. Pentru a încuraja comunicarea cu copilul, este de dorit să utilizăm ambele canale de comunicare, verbală și non-verbală. În comunicarea cu copilul, este recomandabil să folosim cuvinte care reflectă intensitatea emoțiilor trăite de aceștia, pentru ca ei să se simtă cu adevărat înțeleși.

Exemple:

„Ești foarte supărat/ă pe colegul tău de bancă”.

„Ești foarte trist pentru că ai luat o notă mică la test”.

Răspunsurile la mesajele nonverbale sunt și ele foarte importante, la fel de importante ca și în cazul mesajelor verbale. Expresiile emoționale comunică adesea chiar mai mult decât cuvintele înseși, sau chiar pot veni în contradicție cu acestea (de exemplu un copil care afirmă că nu este supărat, dar expresia facială transmite fără dubiu acest lucru). De aceea, în comunicarea cu ceilalți, nu doar cu copii, trebuie să învățăm să interpretăm corect indiciile comunicării nonverbale.

Exemple:

„Încruntarea de pe fața ta îmi comunică faptul că nu ești de acord cu părerea mea”.

„Zâmbetul de pe fața ta îmi spune că te simți fericit/mulțumit”.

Cum știe copilul că este ascultat?

Copilul înțelege dacă este ascultat sau nu în funcție de tipul de răspuns pe care îl primește, iar acest răspuns este de două feluri: închis și deschis.

Răspunsul închis arată că cel ce ascultă mesajul nu a auzit și nu a înțeles ceea ce i s-a spus. Răspunsurile de acest tip blochează comunicarea, o fac inefficientă.

Răspunsul deschis indică faptul că cel ce ascultă a auzit ceea ce i-a spus cealaltă persoană și că a înțeles mesajul din spatele cuvintelor.

Exemple de răspunsuri închise și deschise:

- ✓ Copilul: „Sunt dezamăgit de Adrian și de ceilalți colegi din clasă pentru că azi nu au vrut să se joace cu mine”.
- ✓ Răspuns închis: „Din păcate lucrurile în viață nu merg mereu așa cum ne-am dori”.
- ✓ Răspuns deschis: „Te simți părăsit, simți că ceilalți nu le pasă de tine”.

Primul răspuns transmite mesajul că ceea ce simte copilul nu contează, în timp ce al doilea răspuns transmite copilului mesajul că sentimentele sale au fost înțelese. În primul caz comunicarea este blocată iar în cel de al doilea este stimulată. În primul caz copilul se simte respins, în cel de al doilea se simte acceptat. În prima situație, copilul se va închide, în cel de al doilea poate decide să spună mai mult despre problema care îl preocupă.

Răspunsurile închise nu permit copiilor să își exprime sentimentele datorită lipsei de interes a interlocutorului în a-l asculta și înțelege, prin intermediul mesajelor verbale sau nonverbale.



APLICAȚIE PRACTICĂ 21

i. Completați în tabelul următor posibile răspunsuri închise și deschise ce pot fi date în cazul unor afirmații negative ale elevilor.

Afirmația elevului	Răspuns închis	Răspuns deschis
Nu sunt în stare să rezolv această problemă. Sunt un prost!		
Nu vreau să mai vin la școală.		
Nu mă mai joc cu Bianca niciodată!		
Nu mă mai joc niciodată fotbal cu clegii. Eu nu înscriu niciodată gol.		
Azi colegii nici nu m-au băgat în seamă.		
Mi-am lovit colegul de bancă pentru că mi-a vorbit urât și nu-mi place.		
Nu vreau să stau în bancă cu Andrei pentru că ieri mi-a aruncat cărțile pe jos.		
Nu vreau să merg în excursie cu clasa.		
Nu-mi place ora de biologie. Totul mi se pare foarte greu.		

Răspunsurile deschise pe de altă parte permit copilului să își exprime liber sentimentele prin manifestarea de către adult a acceptării și înțelegerii acestora.

Reflectarea sentimentelor copilului de către adult, trebuie făcută într-o manieră nu generală, ci cât mai specifică. Pentru aceasta, este important ca adultul, părinte sau profesor, să fie capabil să dispună de un vocabular emoțional suficient de bogat (vezi tabelul de mai jos).

Vocabularul bucuriei			Vocabularul supărării		
fericit	vesel	încurajat	supărat	nefericit	trist
			deprimat	dezamăgit	rănit
bucuros	apreciat	împlinit	furiOS	învins	nedreptățit
			plictisit	fără speranță	stânjenit
confortabil	relaxat	mulțumit	neiubit	vinovat	inferior
			incapabil	anxios	părăsit
satisfăcut	recunoscător	respectat	abandonat	descurajat	respins
			nemuțumit	nesatisfăcut	învins
capabil	mândru	iubit	speriat	îngrijorat	

Pentru a ajunge la sufletul copilului, pentru a-i transmite în mod eficient mesajul că îl înțelegem, trebuie ales cuvântul adecvat pentru a reflecta corect sentimentul trăit de copil. Pentru o ascultare reflexivă eficientă sunt recomandate următoarele:

- Tonul folosit să fie adecvat
- Nu trebuie să se răspundă la fiecare comentariu pe care copilul îl face
- Trebuie identificate situațiile în care copilul dorește să vorbească

- d. Trebuie identificate momentele în care copilul nu dorește să vorbească despre problema sa și să respectăm această alegere pe care o face
- e. Trebuie evitată situația în care copilul încearcă doar să atragă atenția și simpatia adultului, prin abordarea aceleiași probleme în discuție, fără a manifesta intenția de a o rezolva cu adevărat.

Adesea, utilizarea ascultării reflexive poate părea nenaturală sau nefirească. Totuși, ascultarea reflexivă presupune mai mult decât simpla repetare a cuvintelor copilului. Ea transmite copilului disponibilitatea adultului de a încerca să înțeleagă sentimentele copilului și mesajul transmis de acesta.

Uneori copilul transmite sentimentele trăite în mod direct (*„Îl urăsc pe...”*). De cele mai multe ori însă, sentimentele sunt exprimate nu atât prin cuvinte cât mai ales prin tonul vocii și limbajul trupului. De exemplu un copil care plânge și spune adultului: *„Toți dau vina pe mine”*, lacrimile și tonul vocii lui pot transmite faptul că se simte rănit, chiar dacă nu spune acest lucru în mod explicit prin intermediul cuvintelor. În acest caz adultul poate reflecta sentimentele ce însoțesc mesajul verbal: *„Te simți rănit pentru că ceilalți copii te învinuiesc”*. Reflectarea în acest caz arată copilului că l-am înțeles și nu doar am repetat papagalicește cuvintele lui.

Dezvoltarea abilității de ascultare reflexivă poate fi un proces incomod, ce necesită timp și efort pe care adultul nu întotdeauna este dispus să-l facă. În plus reacția copilului atunci când ia contact pentru prima dată cu această abordare, poate să nu fie chiar una pozitivă. El se poate simți stânjenit sau chiar invadat în intimitatea sa. El nu trebuie forțat să împărtășească sentimentele sale, pentru că se poate simți neînțeles și se poate închide. Adultul nu trebuie să renunțe sau să se simtă descurajat dacă copilul nu răspunde imediat la această nouă abordare. Pentru el este o experiență nouă la care trebuie să se acomodeze, mai ales în situații în care se confruntă cu emoții puternice precum furia, durerea etc. Chiar dacă situația nu pare încurajatoare iar rezultatele sunt puțin vizibile, abordarea trebuie continuată cu consecvență astfel încât după un timp copilul să înțeleagă faptul că schimbarea este de durată și nu ceva conjunctural.

5.4.2. Comunicarea și transmiterea mesajului

A comunica un mesaj nu este același lucru cu a oferi un sfat. Sfaturile trebuie evitate din câteva motive:

- i. Sfaturile nu-i ajută pe copii să învețe cum să își rezolve problemele cu care se confruntă;
- ii. Mulți copii refuză să urmeze sfaturile date fie din cauză că nu le consideră bune, fie pentru că pur și simplu nu doresc să facă ceea ce li se spune;
- iii. Dacă sfatul oferit dă greș, responsabilitatea revine adultului.

Copilul trebuie învățat să rezolve problemele cu care se confruntă, să identifice alternative de rezolvare a problemelor și să ia decizii. Toate acestea implică abilități de comunicare. Iar comunicarea este eficientă atunci când se folosesc mesajele de tip „Eu”.

Comunicarea este eficientă atunci când se realizează într-o manieră ce permite copilului să înțeleagă sentimentele și intențiile adultului.

Există situații în care adultul îl *invită* pe copil să nu-l asculte. În această situație, copilul *învață să devină surd* la mesajele transmise de adult. Atunci când adultul folosește mesaje la persoana a II-a, copilului i se spune ce ar fi trebuit să facă, eventual este criticat pentru acest lucru. Prin aceasta i se sugerează copilului că este vina lui. Dimpotrivă, un mesaj la persoana I-a este acela prin care se transmite copilului ce sentimente au provocat cuvintele sau comportamentul lui. Mesajul este centrat asupra propriei persoane și nu asupra copilului. Prin el se transmite ceea ce simte adultul, fără a culpabiliza pe cineva. Mesajele la persoana întâi exprimă ceea ce simte transmitătorul mesajului, sunt specifice. În aceste mesaje sunt foarte importante elementele non-verbale precum tonul vocii, expresia feței, postura corpului, care implică atitudinea de acceptare față de interlocutor.

Construirea unui mesaj la persoana întâi se face astfel:

- a. Descrierea comportamentului copilului care interferează cu activitățile adultului (descrierea comportamentului fără a învinovăți pe nimeni pentru aceasta)
- b. Exprimarea sentimentelor în legătură cu consecințele comportamentului copilului asupra adultului;
- c. Descrierea consecințelor comportamentului.

Mesajele la persoana întâi ar trebui să cuprindă următoarele elemente:

- i. **Când...** (descrierea comportamentului)
- ii. **Mă simt...** (descrierea sentimentului)
- iii. **Din cauză că/pentru că...**(descrierea consecințelor)

Expresia „din cauză că/pentru că” trebuie accentuată astfel încât copilul să înțeleagă că sentimentul exprimat este legat de consecințe și nu de comportamentul în sine. Uneori nu este obligatoriu ca în construirea mesajului să fie inclusă descrierea sentimentului.

Construirea acestui tip de mesaj depinde de situație; ceea ce trebuie reținut este faptul că se centrează pe adult, nu pe copil, și nu învinuiește pe nimeni. Prin intermediul acestor mesaje se comunică copilului atât verbal cât și non-verbal faptul că el are valoare și este respectat de adult. Este recomandat să se evite comunicarea cu copilul în timpul conflictelor sau a discuțiilor în contradictoriu. Atitudinea de respect din timpul conflictelor face posibilă reluarea temei de discuție într-un moment ulterior.

În situațiile conflictuale, este recomandat să se respecte următorii pași:

a. folosirea ascultării reflexive pentru a înțelege și a clarifica sentimentele copilului	<i>„Ești supărat...”; „Mi se pare că te simți...”</i>
b. generarea a cât mai multe soluții posibile. Copilul să fie stimulat să exprime cât mai multe variante, care apoi vor fi evaluate.	<i>„Poți să îmi spui mai multe despre asta?”; „Ce crezi că poți face în legătură cu asta?”</i>
c. ajutarea copilului în analiza și alegerea unei variante	<i>„Care variantă ți se pare cea mai bună?”</i>
d. discutarea consecințelor posibile ale deciziei luate	<i>„Ce crezi că se va întâmpla dacă vei face acest lucru?”</i>

e. obținerea unui angajament din partea copilului	„Ce ai decis să faci?”; „Când vei face asta?”
f. planificarea unui moment ulterior la care să se facă evaluarea	„Pentru cât timp vei face asta?”; „Când vom discuta din nou despre asta?”

Explorarea alternativelor trebuie făcută într-un moment bine stabilit. Inițial este recomandată limitarea la reflectarea sentimentelor copilului, fără a i se oferi sugestii, în caz contrar, copilul poate simți că este manipulat. În alte situații, copilul poate să nu găsească soluții eficiente, situație în care i se pot face unele sugestii.

Disciplinarea pozitivă are la bază o bună comunicare, ceea ce contribuie la menținerea unei relații bune cu copilul, crescând receptivitatea acestuia la intervențiile adultului.



APLICAȚIE PRACTICĂ 22

- i. Alegeți 3 comportamente deranjante de la clasă și construiți mesaje la persoana întâi prin care le-ați putea transmite elevilor respectivi modul în care comportamentul lor vă afectează și pentru a obține cooperarea lor.

Situație deranjantă	Mesaje la persoana întâi



EVALUARE FINALĂ

- (1) Pornind de la rolurile adultului în relația cu copilul, prezentate în ***Tabel 1 – Roluri ale adultului în relația cu copilul*** de mai sus, realizează următoarele:
 - i. Identifică rolurile pe care le adopți în relația cu elevii. Argumentează alegerea realizată.
 - ii. Identifică și listează cel puțin 3 avantaje și dezavantaje pentru utilizarea fiecărui rol din Tabel.
 - iii. Dezbateți în grupul de cursanți avantajele și dezavantajele identificate.
- (2) Analizați, prezentați și justificați cum ați interveni în situațiile următoare: o elevă de la clasa dvs a fost victima agresiunii verbale:
 - i. a unei colege de clasă
 - ii. a unui elev de la clasa vecină.

ANEXE

Anexa 1. Fișă de evaluare a comportamentului

FIȘĂ DE EVALUARE A COMPORTAMENTULUI

Probleme de comportament specifice
Condiții favorizante
Consecințe
Funcția comportamentului

Anexa 2. Idei de rezolvare a situațiilor generate de comportamentul distructiv la clasă

A.Comportamentul în clasă și în pauză	Soluție
Se comportă necorespunzător în clasă sau în pauză și nu respectă regulile școlii.	Discutați cu clasa și formulați/stabiliți împreună cu elevii, cele mai importante reguli. În plus, discutați despre consecințe în cazul nerespectării regulilor. Rețineți că trebuie să aplicați întotdeauna consecințele, altfel elevul va încerca să afle până la ce limită poate încălca regulile. La rândul lor, ceilalți elevi vă vor considera inconsecvent și incorect, dacă veți permite comportamente necorespunzătoare.
Nu stă pe scaun; aleargă prin clasă deranjându-i pe ceilalți elevi.	Întrucât elevul pare să aibă dificultăți de concentrare și este neastâmpărat, ar trebui să i se dea sarcini mai scurte, pauze scurte și să-i permiteți să facă mișcări fizice fără să deranjeze activitatea; de exemplu, implicați-l în alte sarcini, cereți-i să ștergă tabla, să ducă diverse materiale etc.
Reacționează agresiv față de ceilalți copii și adulți.	Acest lucru ar trebui specificat în regulile clasei. O metodă de promovare a unui comportament adecvat ar fi organizarea de jocuri de rol, ca mijloc de modificare a comportamentului. Discutați cu părinții. Implicați alți membri ai echipei, de exemplu psihologul sau consilierul școlar.

Vorbește când nu i se cere.	Trebuie specificat în regulile clasei. Ar trebui ignorat.
B.Comportamentul în timpul predării	De ce? Soluție
Nu vrea să realizeze sarcini noi.	Un motiv ar fi că elevul nu se împacă bine cu schimbările și i-ar putea fi teamă că nu le va putea face față.
	Ordinea desfășurării activităților din lecție și noile sarcini trebuie discutate în prealabil cu elevii. Evitați să aduceți schimbări. Dacă știți că un elev nu agreează noile sarcini, îl veți ajuta dacă îi veți explica personal ce va avea de făcut dinainte. În acest mod se va simți mai sigur pe el de la începutul lecției.
Îi este greu să lucreze independent sau să rezolve sarcinile de lucru singur. În loc să ceară ajutor, îi deranjează pe ceilalți.	Motivul ar putea fi lipsa încrederii de sine. Începeți prin a-l ajuta pe elev la început; apoi lăsați-l progresiv să își asume tot mai multe responsabilități față de propriile activități.
Întrerupe profesorul și pe ceilalți elevi cu comentarii care nu au nimic în comun cu subiectul lecției. Nu e atent și nu-și termină sarcinile fără a-i deranja pe ceilalți.	Motivul ar putea fi problemele de concentrare sau deficitul de atenție. Ar putea fi și o lipsă de motivație. Dați elevului doar câte o singură sarcină. Sarcinile vor fi suficient de scurte pentru ca elevul să le poată termina, creați un sistem de semnalare a întreruperilor necorespunzătoare. Pentru a-l motiva,

	abordați un subiect care știți că-l atrage. Utilizați exemple din domenii care știți că-l interesează. Încurajați-l să ceară ajutor când este cazul și arătați-i modul corect de a-l cere.
Nu își asumă un rol activ în termenul stabilit.	Motivul ar fi că nu simte că aparține grupului. Încurajați elevul introducându-l prima dată în grup cu cel mai bun/cei mai bun(i) prieten(i). Apoi măriți și reorganizați grupul.
Nu-și termină sarcinile în termenul stabilit.	Motivul ar putea fi faptul că nu este atent la timp. Folosiți un ceas și stabiliți termene de timp realiste. Împărțiți sarcinile în subunități de rezolvat.
C.Relatii cu colegii	De ce? Soluții
Este retras și are dificultăți în a colabora activ cu colegii. Nu are prieteni.	Motivul ar putea fi timiditatea sau experiențe neplăcute din trecut, sau lipsa unor prieteni buni în clasă. Încurajați colaborarea colegială prin inițierea în activități care știți că-l interesează pe elev. Ar putea fi vorba de fotbal, muzică sau lectură. Aveți grijă să nu fie intimidat sau agresat de colegi în pauză sau în clasă.
Este agresiv, se ia la bătaie, înjură colegii și inventează porecle.	Motivul ar putea fi că cei din jurul său au aplelat la forță fizică, folosind mai puțin calea

	verbală, pentru a rezolva situații neplăcute , sau că a fost influențat de prieteni, dacă face parte dintr-o gașcă agresivă. O parte din regulile /contractul clasei poate rezolva aceste probleme. Nu se vor permite înjurăturile și alte limbaje nepotrivite. Elevului i se poate retrage posibilitățile de recompensare în clasă. Joc de rol pentru a furniza elevului mijloace prin care să se elibereze de frustrare și furie într-un mod adecvat. FIȚI CALM!
D.Alte comportamente sociale	De ce? Soluție
Folosește lucruri pe care bănuieți /știți că le-a <i>împrumutat</i> de la altcineva. Spune minciuni.	Motivul ar putea fi că are dificultăți în a distinge diferențele dintre corectitudine și incorectitudine sau că vrea să pară dur-etapă prin care trec mulți tineri; în această ultimă situație, trecerea timpului rezolvă problema. Îi este teamă să-și asume consecințele comportamentului său incorect. Sunt de ajutor regulile stricte privind corectitudinea, minciunile și trișatul. Învățați elevii să fie corecți. Discutați despre consecințe. Invitați un polițist simpatic pentru a le vorbi în clasă.
Distruge lucrurile celorlalți	Motivul ar putea fi invidia.

	În funcție de situația economică a familiei, vor plăti părinții sau va <i>plăti</i> elevul; decideți cum/când va contribui la recuperarea pe care le-a provocat.
Vine murdar la școală	Motivul ar putea fi lipsa facilităților sanitare acasă. Oferiți elevului ocazia să se spele dimineața la școală. Discutați cu părinții și cu asistentul social despre posibilitățile prin care s-ar putea îmbunătăți situația.
Este agitat, își mănâncă unghiile, are ticuri, evită contactul vizual etc.	Motivul ar putea fi că elevul este agitat sau prea anxios. Utilizați metode pentru îmbunătățirea încrederii elevului în propria persoană.

Anexa 3. Abordarea conflictelor

CHESTIONAR (Kilman)

Citiți afirmațiile de mai jos și apoi indicați cât de tipic este pentru fiecare dintre acțiunile dumneavoastră, folosind următorul sistem de notare:

5 – foarte frecvent; 3 – uneori; 1 – niciodată.
4 – frecvent; 2 – rareori;

Nr.	Afirmația	Punctaj
1	Este mai ușor să te abții decât să te retragi dintr-o ceartă.	
2	Dacă nu poți face pe cineva să gândească la fel ca tine, fă-l să facă ceea ce gândești.	
3	Cu vorbe frumoase se cuceresc inimile.	
4	O mână spală pe alta.	
5	Hai să ne gândim împreună.	
6	Când doi se ceartă, cine tace primul este mai înțelept.	
7	Puterea învinge binele.	
8	Vorba dulce mult aduce.	
9	Mai bine jumătate decât nimic.	
10	Adevărul stă în cunoștințe, nu în părerea majorității.	
11	Cine fuge din luptă va trebui să mai lupte o dată.	
12	Bătălia este câștigată numai când dușmanii sunt puși pe fugă.	
13	Omoară-ți dușmanii cu bunătatea ta.	

14	Un schimb drept nu produce nici o ceartă.	
15	Nimeni nu are ultimul răspuns, dar fiecare poate contribui cu ceva.	
16	Stai departe de cei care nu sunt de acord cu tine.	
17	Bătăliile sunt câștigate de cei care cred în victorie.	
18	Vorbele bune valorează mult și nu costă nimic.	
19	Ochi pentru ochi, dinte pentru dinte.	
20	Numai cel care nu crede că deține adevărul absolut poate beneficia de adevărurile altora.	
21	Evită persoanele certărețe pentru că îți vor face viața un iad.	
22	Cine nu pleacă îi face pe alții să plece.	
23	Vorbele bune asigură armonia.	
24	Cadourile apropie prietenii.	
25	Adu tu conflictele la suprafață și tratează-le direct: numai așa se pot descoperi soluțiile cele mai bune.	
26	Cel mai bun mod de a trata conflictele este de a le evita.	
27	Bate cu pumnul în masă dacă vrei să obții ceva.	
28	Blândețea triumfă asupra mâniei.	
29	O parte din ceea ce vrei este mai bine decât nimic.	
30	Sinceritatea, onestitatea și încrederea mișcă și munții.	
31	Nimic nu este așa de important încât să merite să lupți pentru a-l obține.	
32	Există două feluri de oameni: învingătorii și învinșii.	
33	Când cineva te lovește cu o piatră, lovește-l cu un fulg.	
34	Când fiecare cedează jumătate se poate ajunge la o înțelegere dreaptă.	
35	Săpând mereu descoperi adevărul.	

Treceți rezultatele obținute în tabelul următor și faceți totalul pe fiecare coloană:

I		II		III		IV		V	
1		2		3		4		5	
6		7		8		9		10	
11		12		13		14		15	
16		17		18		19		20	
21		22		23		24		25	
26		27		28		29		30	
31		32		33		34		35	
Total		Total		Total		Total		Total	

Interpretarea răspunsurilor:

I. BROASCA ȚESTOASĂ (Evitarea)

Broasca țestoasă se retrage în carapacea ei pentru a evita conflictul. Ea renunță la scopurile și relațiile ei personale ce crează conflicte sau cu care este în conflict. Broasca țestoasă crede că nu există speranță în a încerca să rezolvi un conflict. Se simte neajutorată. Crede că e mai ușor să te retragi (fizic și psihologic) dintr-un conflict decât să accepți confruntarea.

II. RECHINUL (Forțarea)

Rechinul încearcă să își domine adversarii făcându-i să accepte soluția lui într-un conflict. Scopurile lui personale sunt foarte importante pentru el, în timp ce relațiile interpersonale au o importanță minimă. Caută să-și atingă țelurile cu orice preț. Nu-l interesează nevoile celorlalți. Nu-l interesează dacă ceilalți îl plac sau îl acceptă. Rechinul presupune că un conflict se rezolvă

când o persoană câștigă și cealaltă pierde. El vrea să fie câștigătorul. A câștiga îi dă un sentiment de slăbiciune, neadaptare și ratare. Încearcă să câștige prin atac, copleșire și intimidare.

III. URSULEȚUL (Acomodarea)

Pentru ursuleț, relațiile interpersonale sunt foarte importante în timp ce propriile scopuri au o importanță mică. Ursulețul dorește să fie plăcut și acceptat de ceilalți. El crede că ar trebui evitate conflictele în favoarea armoniei și mai crede, de asemenea, că oamenii nu pot discuta în contradictoriu fără a strica relațiile dintre ei. Se teme că, dacă va continua conflictul, cineva va avea de suferit și asta va compromite relația cu acea persoană. Este în stare să renunțe la scopurile personale pentru a păstra o relație cu cineva. Ursulețul spune: „Renunț la scopurile și interesele mele, te las să obții ce dorești din dorința de a mă face plăcut ție.” Ursulețul încearcă să aplaneze conflictul din teama de a nu periclita relația cu cineva.

IV. VULPEA (Compromisul)

Vulpea este interesată în aceeași măsură atât de scopurile personale, cât și de relațiile cu ceilalți. Vulpea tinde spre compromisuri: renunță parțial la scopurile ei, convingând cealaltă tabără să facă la fel. Într-o situație conflictuală, soluția vulpii va fi ca fiecare parte implicată să câștige ceva – soluția de mijloc. Este capabilă să renunțe parțial la scopurile și relațiile ei pentru a ajunge la o înțelegere.

V. BUFNIȚA (Consensul)

Bufnița prețuiește extrem de mult atât scopurile personale, cât și relațiile interpersonale. Ea vede conflictele ca probleme ce trebuie rezolvate și caută soluții care să satisfacă atât interesele personale, cât și cele ale taberei adverse. Bufnița vede conflictul ca o metodă de îmbunătățire a relațiilor prin reducerea tensiunii dintre două persoane. Încearcă să pornească o discuție ce privește conflictul ca problemă. Prin căutarea soluțiilor care să satisfacă ambele părți, bufnița menține relațiile. Bufnița nu este mulțumită până când tensiunile și sentimentele negative nu au fost pe deplin rezolvate.

Anexa 4. Fișă de evaluare a comportamentului în clasă

Nume elev.....

Data.....

Comportament	Puncte	Luni	Marți	Miercuri	Joi	Vineri	Total
Nu stă pe scaun în timpul orei							
Deranjează colegii							
Vorbește neîntrebat/ă							
Nerespectarea regulilor clasei							
Violență fizică							
Limbaj nepotrivit							
Neparticipare							
Ignorarea sarcinilor din clasă							
TOTAL							

Anexa 5. Contract comportamental

Subsemnatul.....mă angajez să îndeplinesc următoarele lucruri în timpul activităților școlare (menționați comportamentul dezirabil, îndeplinirea unor sarcini specifice, eliminarea unor comportamente nedorite)

.....

.....

.....

.....

.....

Îndeplinind partea mea de contract va avea ca urmare acordarea unui premiu din partea Dlui/Dnei (numele cadrului didactic)

Acest contract este valabil între data de.....și data de.....

Semnat

Cdrul didactic

Elev

Părinte

Anexa 6. Chestionar pentru determinarea stilului dominant în clasă

Citește cu atenție fiecare item. Încearcă să determini în mod obiectiv cât de frecvent crezi că gândești sau acționezi în modurile următoare. Te rog să încercuiești cel mai bun răspuns al tău. Manifestă sinceritate pentru a face o evaluare cât mai corectă. Răspunsurile tale sunt confidențiale. Mai târziu vom oferi cheia chestionarului pentru a calcula scorul obținut.

1. Întotdeauna spun ceea ce vreau și încerc să iau în considerare opinia elevilor mei.

1 niodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niodată
--------------	--------------	-------------	-------------------------------	--------------

2. Elevii nu înțeleg neapărat totul, așa că trebuie să iau decizii în numele lor.

1 niodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niodată
--------------	--------------	-------------	-------------------------------	--------------

3. Când un conflict debutează, mă simt obligat să particip la situație în fața întregii clase.

1 niodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niodată
--------------	--------------	-------------	-------------------------------	--------------

4. Emoțiile și experiențele elevilor sunt mai importante decât emoțiile și experiențele mele personale. De aceea încerc să răspund așteptărilor lor.

1 niodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niodată
--------------	--------------	-------------	-------------------------------	--------------

5. Discut cu elevii mei consecințele acțiunilor lor în mod deschis și onest, fără a le exagera sau submina.

1 niodată	2 rareori	3 uneori	4	5 niodată
--------------	--------------	-------------	---	--------------

			de cele mai multe ori	
--	--	--	-----------------------	--

6. Am încredere în elevii mei în mod necondiționat.

1 niciodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niciodată
----------------	--------------	-------------	----------------------------	----------------

7. Încerc să-mi “conduc” elevii, pe măsură ce îi motivez și le permit să ia propriile decizii.

1 niciodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niciodată
----------------	--------------	-------------	----------------------------	----------------

8. Ori de câte ori există un conflict între elevi, îi las să-l soluționeze singuri. Aceasta este cea mai bună modalitate de învățare, iar ei sunt responsabili de propriile relații.

1 niciodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niciodată
----------------	--------------	-------------	----------------------------	----------------

9. Este necesar să exagerezi consecințele comportamentelor și atitudinilor pentru ca elevii să înțeleagă complet ce „este permis și ce nu este permis”.

1 niciodată	2 rareori	3 uneori	4 de cele mai multe ori	5 niciodată
----------------	--------------	-------------	----------------------------	----------------

Calcularea rezultatelor

Acest chestionar evaluează cele trei tipuri de comportament de bază care sunt legate de modul în care gestionăm situații de conflict – agresiv, pasiv și asertiv.

Comportament agresiv - Acest tip de comportament spune *“Eu câștig - Tu pierzi”*.

Acest tip de comportament relevă faptul că în timpul conflictului, persoana încearcă să-și impună propria poziție, folosind forța și puterea. Persoanele cu comportament agresiv nu sunt înclinate spre compromise și niciodată nu sunt mulțumite cu “un câștig mic”. Persoana cu comportament agresiv își dorește să ia totul de la adversar, și, adesea se așteaptă ca, în consecință, să învețe să nu îndrăznească niciodată să mai intre în conflict cu el/ea din nou.

Comportament pasiv - Acest tip de comportament spune *“Eu pierd - Tu câștigi”*.

Persoanele care au predominanță comportamentală de tip pasiv au scopul de a evita conflictele cu orice preț. Ei consideră că nu se implică în conflict. Ceilalți sunt mai importanți decât obiectivele, valorile și dorințele lor personale. Acest tip de oameni sunt înclinați să facă compromisuri la niveluri extreme aproape de respingere de sineși de auto-subminare. Ei percep agresiunea ca fiind inacceptabilă chiar și în cele mai mici forme.

Comportament asertiv - Acest tip de comportament spune *“Eu câștig - Tu câștigi”*.

Un astfel de tip de comportament permite compromisuri moderate și depășește propriile viziuni sau puncte de vedere. Conceptul asertiv sugerează deschidere, claritate și onestitate deplină atunci când încercați să găsiți o rezoluție. O persoană cu un astfel de comportament nu se teme de agresiune, dar nu o folosește niciodată.

Cheia

Adăugați numerele răspunsurilor selectate după cum urmează și împărțiți-le la 3.

- a. Scala de asertivitate - itemi nr 1, 5, 7
- b. Scala de agresivitate - itemi nr 2, 3, 9
- c. Scala de pasivitate - itemi nr 4, 6, 8

Exemplu:

Dacă pentru itemii 1, 5 și 7 selectați răspunsurile 1, 4 și 5, trebuie să adunați punctajele pentru fiecare item $(1+4+5)=10$, iar scorul astfel obținut să îl împărțiți la 3; rezultă un scor final $10:3 = 3,33$.

Vă rugăm să plasați scorurile în tabelul următor pentru a determina care este tipul dvs. dominant de comportament în situație de conflict și cât de puternic este exprimat.

Tip de comportament	1 Niciodată	2 Rareori	3 Uneori	4 De cele mai multe ori	5 niciodată
Agresiv					
Pasiv					
Asertiv					

Notă

Rețineți că fiecare persoană ar putea folosi toate cele trei tipuri de comportament, în funcție de situație. Cu alte cuvinte, o persoană nu este numai agresivă, ci doar pasivă sau întotdeauna asertivă.

Acesta este motivul pentru care vorbim despre tipul de comportament *predominant*, mai degrabă decât despre unul singur.

Anexa 7. Fișa de lucru - ȘTIU CUM SĂ MĂ COMPORT (preluat din Benga, Băban, Opre, 2015)

Citește cu atenție textele de mai jos și completează spațiile libere cu răspunsurile tale:

A. Mihai a primit în dar o consolă de joc și îl invită pe prietenul lui Matei să se joace împreună. Matei îi spune că nu poate pentru că trebuie să meargă la antrenamentul de tenis. Matei îi spune că nu mai este prietenul lui.

1. Cum s-a comportat Mihai? _____
2. Ce a gândit Mihai? _____
3. Ce ar fi putut să gândească Mihai? _____
4. Cum ar fi putut să se comporte Mihai? _____

B. Copiii se joacă în curtea școlii. Bogdan vrea și el să se joace, dar colegii îi spun că echipele sunt complete. Bogdan este furios, lovește mingea cu putere și o trimite peste gard, gândindu-se „dacă nu vor să mă lase să mă joc, atunci ei de ce să se joace”.

1. Cum s-a comportat Bogdan? _____
2. Ce a gândit Bogdan? _____
3. Ce ar fi putut să gândească Bogdan? _____
4. Cum ar fi putut să se comporte Bogdan? _____

C. Carina se grăbește să-și adune caietele de pe bancă și ia din greșeală ceva ce nu-i aparține. Mihaela strigă la ea: „Ești o proastă! Dacă nu-mi dai imediat înapoi creionul te spun doamnei învățătoare”.

1. Cum s-a comportat Mihaela? _____
2. Ce a gândit Mihaela? _____
3. Ce ar fi putut să gândească Mihaela? _____

4. Cum ar fi putut să se comporte Mihaela? _____

D. Este ziua de naștere a Dariei și a invitat toate fetele din clasă cu excepția Mirunei. Miruna se răzbună pe ea invitându-le în aceeași zi la ea acasă pentru o petrecere în pijamale.

1. Cum s-a comportat Miruna? _____

2. Ce a gândit Miruna? _____

3. Ce ar fi putut să gândească Miruna? _____

4. Cum ar fi putut să se comporte Miruna? _____



BIBLIOGRAFIE

- (1) **Benga, O., Băban, A., Opre, A.** (2015). Strategii de prevenție a problemelor de comportament. Editura ASCR, Cluj Napoca;
- (2) **Botiș, A, Tarău, A,** (2004), *Disciplinarea pozitivă sau cum să disciplinezi fără să rănești*, editura ASCR, Cluj-Napoca;
- (3) **Briers, S,** (2009), *Ghid practic pentru părinți*, editura Polirom, Iași;
- (4) **CIDDC,** *Educă-ți copilul cu grijă, Ghid pentru un părinte mai bun*, 2015, Chișinău
- (5) **Cojocaru, S, Bunea, O, Clicinschi, C, Galbin, A, Zăgan, I** ,(2015), Abordarea pozitivă a comportamentelor copiilor, ghid pentru încurajarea reacțiilor pozitive, UNICEF, editura Expert Projects;
- (6) **Constantinescu Mirela**, *“Disciplinarea pozitivă a elevilor”*, 2015, disponibil la: <https://iteach.ro/experientedidactice/disciplinarea-pozitiva-a-elevilor>;
- (7) **Dolto, F,** (1994), *Despre educație în copilărie*, editura Image;
- (8) **Faber, A, Mazlich, E,** (2008), *Cum să vorbim copiilor dacă vrem să ne asculte și cum să-i ascultăm pentru ca ei să ne vorbească*, editura Teora;
- (9) **Glenn, H, S, Nelsen, J,** (2016), *Să creștem copii cu încredere în sine într-o lume auto-indulgentă*, editura Playful Learning Jucării Educaționale;
- (10) **Golu, F,** (2009), *Pregătirea psihologică a copilului pentru școală*, editura Polirom, Iași;
- (11) **Gordon, T,** (2008), *Manualul părinților eficași*, editura Tritonic;
- (12) **Kindlon, D, Thompson, M,** (2014), *Crescându-l pe Cain*, editura Herald;
- (13) **Kohn, A,** (1993), „*Punished by rewards: The trouble with gold stars, incentive plans, A’s, praise and other bribes*”, Houghton Mifflin;
- (14) **Kohn, A,** (2006), „*Beyond discipline – From compliance to community*”, Association for Supervision and Curriculum Development;
- (15) **Nelson, J, Lott, L,** (2016), *Disciplina pozitivă-1001 soluții pentru probleme de parentaj de zi cu zi*, editura Playful Learning Jucării Educaționale;
- (16) **Petrovai, D,** (2008), *“Cum îi învățăm pe copii comportamente «pozitive»? - Ghid pentru părinți”*;
- (17) **Petrovai, D, Botiș, A, Tudose, D, Costandache, S,** coordonator Păunescu, G (2008), *„Vârsta preșcolară - Ghid pentru părinți”*;

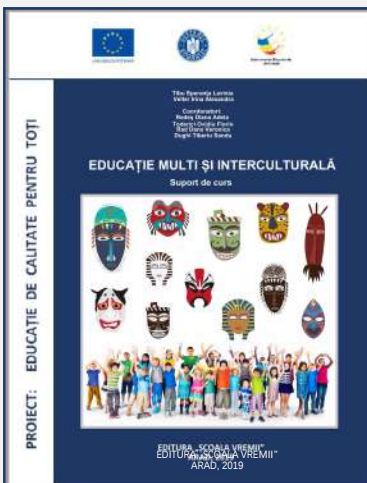
- (18) **Petrovai, D, Botiș, A, Tudose, D, Costandache, S,** coordonator Păunescu, G (2008), *„Vârsta școlară - Ghid pentru părinți”*;
- (19) **Salome, J,** (2007), *Mami, tati, mă auziți?*, editura Curtea Veche;
- (20) **Purves, L,** (1996), *Cum să nu fii o mamă perfectă*, editura Nemira;
- (21) **Ramsden, P, Buwaneswari, (2008),** Positive Discipline Techniques to promote Positive Behaviour in Children, Save the Children, India;
- (22) **Schlessinger, L,** (2004), *Greșelile părinților îi pot distruge pe copii*, editura Curtea veche
- (23) **Shapiro, L** (2011), *Limbajul secret al copiilor, cum să-ți înțelegi mai bine copilul*, editura Trei;
- (24) **Struck, P,** *Învăță să mă crești, sfaturi pentru o educație modernă*;
- (25) **Timm, M, Doubet, S, (2007),** *Acknowledging Children’s Positive Behaviours*, Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning;
- (26) **Tudose, D, Costandache, S, Eparu, I ,** coordonator Tudose, D, (2009), *Părinți informați, copii sănătoși*, Proiect Phare.

Proiect: "EDUCAȚIE DE CALITATE PENTRU TOȚI"

SERIA:

Module pentru programul de formare continuă a cadrelor didactice și de sprijin:

"PROFESOR PENTRU O ȘCOALĂ PRIETENOASĂ"



ISBN 978-606-9067-06-2

Proiect cofinanțat din Fondul Social European prin Programul Operațional Capital Uman 2014-2020

Conținutul acestui material nu reprezintă în mod obligatoriu poziția oficială a Uniunii Europene sau a Guvernului României