

# PSIHOLOGIA

*școlară*



Revista Centrului Județean de Asistență Psihopedagogică Mureș

Anul IV, Numărul 1

## ADRESA REDACTIEI:

Tîrgu – Mureș, str. dr. Victor Babeș, nr. 11

E-mail: office@cjraems.ro

www.cjraems.ro

Tel.:0265211246, 0745/315-332

## REDACTORI:

Călina Iușan

Adrian Moldovan

Design,

Fábián Csaba

## COLABORATORI:

Angelica Moldovan, Luminița Iosif, Călina Iușan, Laura Filip, Carmen Nichiforiuc, Porkoláb Annamária, Loredana Moldovan, Bőjte Kinga, Emil Bloj, Ștef Ioan, Aura Claudia Lichințeanu, Daniel Țeculescu, Georgeta Pătrana.

PSIHOLOGIE școlară

ISSN 2248-3853

## CUPRINS

### EDUCAȚIE ȘI CERCETARE

3



- Rolul activităților extracurriculare în dezvoltarea personalității elevilor
- Rolul activităților de educație moral religioasă în dezvoltarea stării de bine și a stimei de sine la elevii proveniți din medii sociale defavorizate
- Joc exercițiu pentru copiii de grădiniță

### ȘCOALA PĂRINȚILOR

12



- Cum îmi motivez copilul când ia note mici ?
- Ticurile copiilor - spaima părinților
- De ce mint copiii?
- Negativismul copilului-cauză a curenței educative în familie

### PROGRAME

18



- Cunoaștere, toleranță și respect față de cei din jur
- Cadoul
- Împreună împotriva traficului de persoane
- Programe derulate la Liceul Tehnologic „Vasile Netea”

### SĂNĂTATE MENTALĂ

15



- ADHD – o provocare pentru părinți și profesori

### LECȚII DE VIAȚĂ

27



- Fabrica de cadouri a lui Moș Crăciun



## Rolul activităților extracurriculare în dezvoltarea personalității elevilor

Psiholog școlar Laura FILIP

Educația reprezintă un fenomen social fundamental apărut odată cu societatea umană și este specific fiecărei organizări sociale, îndeplinind funcțiile de informare și de formare a omului din punct de vedere intelectual, moral, artistic, fizic.

Asupra individului se exercită o multitudine de acțiuni și influențe educaționale de-a lungul vieții. Specialiștii le-au sistematizat în trei tipuri de realizare a pregătirii pentru viață: educația formală (școlară), nonformală (extrașcolară), informală (cunoștințele pe care individul le preia zi de zi: în familie, cu prietenii, pe stradă, în mass-media).

Prin activitățile extracurriculare, educația urmărește identificarea și cultivarea corespondenței optime dintre aptitudini, talente, cultivarea unui stil de viață civilizată, precum și stimularea comportamentului creativ în diferite

domenii. Activitățile extrașcolare contribuie la gândirea și completarea procesului de învățare, la dezvoltarea înclinațiilor și aptitudinilor elevilor, la organizarea rațională și plăcută a timpului lor liber. Având un caracter atractiv, copiii participă într-o atmosferă relaxantă, cu însuflețire și dăruire, la astfel de activități. Scopul activităților extracurriculare este dezvoltarea unor aptitudini speciale, antrenarea elevilor în proiecte cât mai variate și bogate în conținut, cultivarea interesului pentru activități socio-culturale, facilitarea integrării în mediul școlar, fructificarea talentelor personale și corelarea aptitudinilor cu atitudini caracteriale. Activitățile extrașcolare se desfășoară într-un cadru informal, ce permite elevilor cu dificultăți de afirmare în mediul școlar să reducă nivelul anxietății și să-și maximizeze potențialul intelectual. Activitățile extracurriculare au menirea

de a valorifica timpul liber al elevilor într-un mod plăcut și util și de a-l transforma într-o sursă educațională. Este necesar ca în activitățile extracurriculare obiectivele instructiv-educative să primeze, dar trebuie să fie integrate în mod echilibrat și momente recreative. Activitățile extrașcolare, în general, au cel mai larg caracter interdisciplinar, oferă cele mai eficiente modalități de formare a caracterului copiilor încă din clasele primare, deoarece sunt factorii educativi cei mai apreciați și mai accesibili sufletelor acestora. Activitățile complementare concretizate în excursii și drumeții, vizite, vizionări de filme sau spectacole imprimă copilului un anumit comportament, o ținută adecvată situației, declanșează anumite sentimente. O mai mare contribuție în dezvoltarea personalității copilului o au activitățile extrașcolare care implică în mod direct copilul prin personalitatea sa și nu prin produsul realizat de acesta. Se știe că încă de la cea mai fragedă vârstă, copiii acumulează o serie de cunoștințe dacă sunt puși în contact direct cu obiectele și fenomenele din natură. Copiii au nevoie de acțiuni care să le lărgescă lumea lor spirituală, să le împlinescă setea de cunoaștere, să le ofere prilejuri de a se emoționa puternic, de a fi în stare să iscodească

singuri pentru a-și forma convingeri durabile. Participarea efectivă și totală în activitate angajează atât elevii timizi cât și pe cei slabi, îi temperează pe cei impulsivi, stimulează curentul de influențe reciproce, dezvoltă spiritul de cooperare, contribuie la formarea colectivului de elevi. Elevii se autodisciplinează, prin faptul că în asemenea activități se supun de bună voie regulilor, asumându-și responsabilități. Gândirea creativă și învățarea din proprie inițiativă trebuie încurajate prin laudă.

Trebuie promovat modul variat de abordare a problemelor de manipulare a obiectelor și a ideilor. Elevii trebuie să fie îndrumați să dobândească: o gândire independentă, nedeterminată de grup, toleranță față de ideile noi, capacitatea de a descoperi probleme noi și de a găsi modul de rezolvare a lor și posibilitatea de a critica constructiv. Înainte de toate, este însă important ca profesorul însuși să fie creativ, pentru că numai așa poate să aducă în atenția elevilor săi tipuri de activități extrașcolare care să le stârnească interesul, curiozitatea, imaginația și dorința de a participa necondiționat la desfășurarea acestora.





## Rolul activităților de educație moral religioasă în dezvoltarea stării de bine și a stimei de sine la elevii proveniți din medii sociale defavorizate

Psiholog școlar Țeculescu Daniel

### Scopul, obiectivele și instrumentele cercetării

Studiul își propune consilierea elevilor proveniți din medii defavorizate prin aplicarea unor programe de educație, intervenție personalizată precum și investigarea posibilităților de dezvoltare personală în vederea creșterii stimei de sine, care să conducă la adaptarea lui la un context specific de învățare pentru depășirea dificultăților școlare și a evitării abandonului școlar. Pornind de la această premisă am formulat următoarele obiective:

1. Identificarea rolului activităților de consiliere psihopedagogică și educație moral religioasă în dezvoltarea stării de bine și a stimei de sine la elevii proveniți din medii defavorizate;
2. Prin implementarea unor programe de intervenție personalizate asupra elevilor proveniți din medii defavorizate, în cadrul orelor de religie și consiliere psihopedagogică, se realizează creșterea

stimei se sine, a stării de bine și în consecință reducerea fenomenului de abandon școlar și delinvența juvenilă.

### Ipotezele cercetării

1. Elevii proveniți din medii defavorizate prezintă o stimă de sine scăzută față de cei proveniți din medii socio-educative favorabile.
2. Elevii proveniți din medii defavorizate prezintă un deficit din punct de vedere al valorilor moral religioase dobândite în familie față de cei proveniți din medii socio-educative favorabile.
3. Stima de sine a copiilor proveniți din medii sociale defavorizate poate fi îmbunătățită în mediul școlar prin integrarea acestora într-un program de intervenție din perspectivă psihopedagogică și moral religioasă prin care se realizează dezvoltarea emoțională, socială și religioasă ducând la creșterea stimei se sine, a stării de bine și în

consecință la reducerea fenomenului de abandon școlar și delincvența juvenilă.

### Subiecții

- 30 elevi de la Școala Generală "Ioan Vlăduțiu" Luduș clasele VII– VIII proveniți din medii socio-educative favorabile.
- 30 elevi de la Școala Generală "Ioan Vlăduțiu" Luduș clasele VII– VIII proveniți din medii sociale defavorizate.

### Instrumente de cercetare

Chestionar *Scala stima de sine – Rosenberg*

A fost elaborată de Rosenberg în 1965. Dr. Rosenberg profesor de Sociologie la Universitatea din Maryland, din 1975 până la moartea sa. Este autorul a numeroase cărți și articole iar în activitatea sa a studiat în special dimensiunea de stimă de sine, auto-concept, etc. Scala Rosenberg indică nivelul stimei de sine. Proba conține 10 itemi, fiecare item fiind evaluat de subiect pe o scară de la 1 la 4 (1 – absolut de acord; 4 – categoric nu). Scala este alcătuită din 5 itemi cotați direct și 5 itemi inversați (3,5,8,9,10). Punctajul care se acordă pentru fiecare item variază între 1 și 4 puncte. Scorul final se obține prin însumarea punctelor obținute la cei 10 itemi. Punctajul minim obținut este de 10, ceea ce semnifică o stimă de sine foarte scăzută, iar punctajul maxim este de 40, ceea ce semnifică o stimă de sine foarte ridicată. Scorare:

Pentru 1,2,4,6,7: Total de acord = 3 De acord = 2

Dezacord = 1 Total dezacord = 0

Pentru 3,5,8,9,10 Total de acord = 0 De acord = 1

Dezacord = 2 Total dezacord = 3

- Punctajul este de la 0-30.
- Scorurile între 15-20 stimă de sine medie.
- Scorurile sub 15 reprezintă stima de sine scăzută.
- Scorurile între 20-25 stimă de sine bună.
- Scorurile între 25-30 stimă de sine foarte bună.

Pentru a măsura impactul și interesul elevilor față de activitățile moral religioase am folosit un chestionar ce cuprinde 11 itemi (Anexa 2) care au fost apreciați pe o scară de la 1 la 5. Elevilor li s-a cerut să completeze chestionarul încercuind numărul corespunzător variantei alese. Scorul total indică măsura interesului elevilor față de activitățile moral religioase. Am recurs la acest procedeu deoarece pe parcursul derulării activităților cu elevii proveniți din medii sociale defavorizate am observat o atitudine și conduită inadecvată față de valorile moral religioase. Factorul educație religioasă descrie impactul pozitiv al educației religioase realizată prin intermediul orelor de religie asupra elevilor în diverse planuri: al credinței, al laturii morale și al comportamentului. Educația religioasă îl ajută pe elev să se comporte corect în societate, să fie o persoană mai bună și mai corectă, să fie mai sensibil, atent în relațiile cu ceilalți, cu colegii. Elevii învață prin intermediul orelor de religie reguli de bună purtare în raport cu ceilalți, cu colegii. De asemenea, în planul credinței, orele de religie îl apropie mai mult pe elev de Dumnezeu. În plus, relația cu profesorul de religie este una plăcută, acesta având tactul și sensibilitatea necesară pentru a se apropia de elev, pentru a-l înțelege și a-i oferi sfaturile necesare atunci când

elevul are nevoie. Orelle de religie sunt percepute ca plăcute, stârnind interesul elevilor, acesta aducându-și aminte cu plăcere de asemenea momente, iar informațiile, valorile și conduitele transmise prin intermediul orelor de religie sunt înțelese ca fiind de un real ajutor pentru viața elevului. Nu în ultimul rând, impactul pozitiv al educației religioase este resimțit și de către părinții, aceștia observând o influență pozitivă a orelor de religie asupra elevilor (sau foștilor elevi). Toate acestea în final contribuie ca o componentă necesară în dezvoltarea stimei de sine precum și a unei stări de bine, de satisfacție, de pace cu sine.

**Procedura**

Pentru a testa ipotezele menționate am folosit două grupuri experimentale:

G1- elevi proveniți din medii socio-educăționale favorabile

G2 - elevi proveniți din medii defavorizate ;

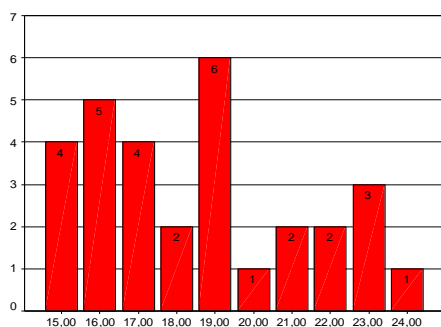
Subiecții din cele două grupuri experimentale au completat individual Scala stimei de sine (Rosenberg) și chestionarul care măsoară interesul și impactul educației religioase.

**Analiza și interpretarea rezultatelor**

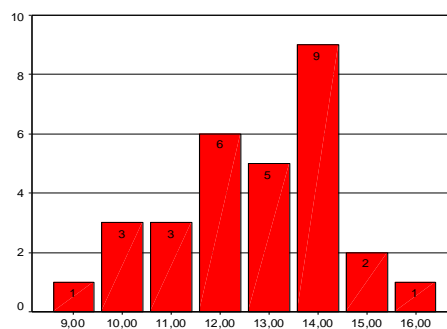
Vom aborda pe rând fiecare ipoteză a cercetării, în scopul confirmării sau infirmării acestora.

1.Elevii proveniți din medii defavorizate prezintă o stimă de sine scăzută față de cei proveniți din medii socio-educăționale favorabile. În cadrul primei ipoteze încercăm să demonstrăm că stima de sine a elevilor proveniți din medii sociale defavorizate este diminuată în comparație cu cea a elevilor proveniți din medii sociale favorabile, aspect ce creează prejucii de ordin comportamental adaptativ și emoțional. Astfel s-au constituit două grupuri de elevi, unul de control (cei proveniți din medii sociale favorabile) și unul experimental (cei proveniți din medii sociale defavorizate) notate în derularea experimentului cu G1 respectiv G2

Comparații între G1 și G2 în ceea ce privește stima de sine



G1-Stima de sine



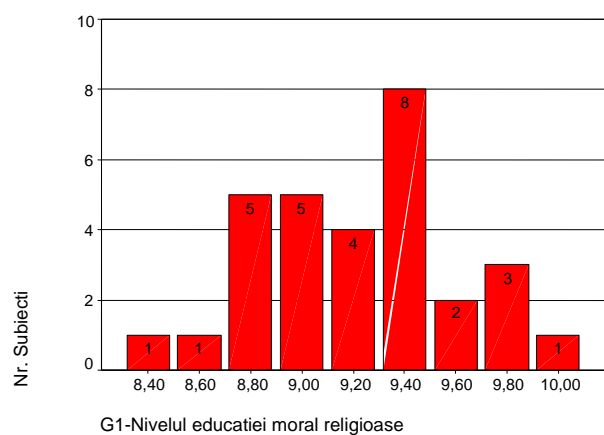
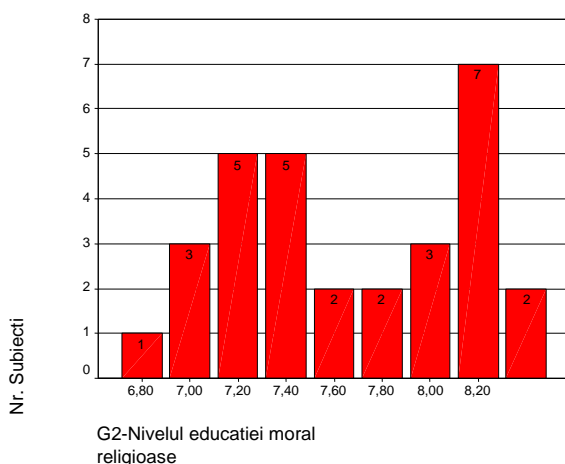
G2-Stima de sine

| Fenomenul studiat | Eșantionul | Nr.Subiecți | Media   | Abaterea Standard | Testul t | Pragul de semnificație |
|-------------------|------------|-------------|---------|-------------------|----------|------------------------|
| Stima de sine     | G1         | 30          | 18.5667 | 2.7628            | 9.898    | p< 0.01                |
|                   | G2         | 30          | 12.7000 | 1.7050            |          |                        |

În cadrul analizei statistice se poate observa din tabelul de mai sus o diferențiere a mediilor și a abaterii standard între cele două grupuri astfel grupul cu părinții alături (G1) a obținut o valoare a mediei superioară față de grupul experimental (G2). Valoarea testului t pentru eșantioane independente indica o valoare de 9,898 cuantificată la un prag de semnificație  $<0.01$  ceea ce reprezintă o puternică diferențiere statistică. Astfel prima ipoteză se confirmă relevând faptul că elevii care provin din medii sociale defavorizate prezintă o stimă de sine scăzută. Nivelul stimei de sine afectează puternic performanțele în toate activitățile inclusiv cele școlare, mecanismul

circularității cauzale funcționând aici deosebit de pregnant - cei cu o înaltă apreciere de sine au o mai mare încredere, se mobilizează mai mult și reușesc mai bine, ceea ce consolidează părerea bună despre sine, și, dimpotrivă, o joasă stimă de sine sporește riscul insucceselor, determinând astfel o viziune și mai sumbră asupra propriei persoane.

2. Elevii proveniți din medii defavorizate prezintă un deficit din punct de vedere al valorilor morale religioase dobândite în familie față de cei proveniți din medii socio-educative favorabile. Comparații între G1 și G2 în ceea ce privește nivelul educației morale religioase



| Fenomenul studiat                   | Eșantionul | Nr.Subiecți | Media  | Abaterea Standard | Testul t | Pragul de semnificație |
|-------------------------------------|------------|-------------|--------|-------------------|----------|------------------------|
| Nivelul educației morale religioase | G1         | 30          | 9,2200 | ,3872             | 13,676   | p< 0.01                |
|                                     | G2         | 30          | 7,660  | ,4903             |          |                        |



Se observă că există o diferență foarte semnificativă între cele două eșantioane în privința educației moral religioase, în sensul că, elevii proveniți din medii defavorizate au o educație moral religioasă mai slabă decât elevii care provin din medii socio educaționale favorabile. Lipsa unui

suport moral religios adecvat vârstei crează prejucii de ordin moral și social acestor categorii de elevii, oferindu-le o percepție enonată și deformată asupra rolului și respectării învățăturilor moral religioase

| Fenomenul studiat                       | Eșantionul                | Nr.Subiecți | Media   | Abaterea Standard | Testul t | Pragul de semnificație |
|---|---------------------------|-------------|---------|-------------------|----------|------------------------|
| Nivelul stimei de sine după intervenție | G2 înainte de intervenție | 30          | 12.7000 | 1.7050            | -10.943  | p< 0.01                |
|   | G2 după intervenție       | 30          | 16.0000 | 1.8940            |          |                        |

3.Stima de sine a copiilor proveniți din medii sociale defavorizate poate fi îmbunătățită în mediul școlar prin integrarea acestora într-un program de intervenție din perspectivă psihopedagogică și moral religioasă prin care se realizează dezvoltarea emoțională, socială și religioasă ducând la creșterea stimei se sine, a stării de bine și în consecință la reducerea fenomenului de abandon școlar și delincvența juvenilă.

Comparații în cadrul procesului de intervenție (test/retest) nivelul educației moral religioase

După aplicarea chestionarului Rosenberg și chestionarului privind educația moral religioasă după intervenție s-a observat o creștere semnificativă a mediei grupului de la 12,7000 la 16,0000 puncte, valori relevante pentru stima de sine unde media grupului a crescut cu 3,33 puncte, acest punctaj cuantificat și exprimat statistic releva

un scor al testului „t” = -10,947 raportat la p< 0,01 și creștere a mediei grupului de la 7,6600 la 9,2200 valori relevante pentru nivelul educației moral religioase, reprezentând o puternică diferențiere în cadrul procesului intervențional, astfel putem spune ca actul terapeutic a fost un succes. Nivelul stima de sine și al educației moral religioase se poate crește prin diferite exerciții sau prin participarea la un anumit program așa cum este cel de față. Dar programele de intervenție nu reprezintă un elixir dacă familia (aparținătorii) nu-l stimulează și încurajează tot timpul în a acționa în direcția dezvoltării curajului, a încrederii în sine. Când dă greș într-o direcție trebuie susținut de familie, pentru că nu a obținut rezultatul dorit într-o activitate nu înseamnă ca a eșuat definitiv, ci trebuie încurajat să mai încerce, să continue cu încredere și curaj.

## Concluzii

| Fenomenul studiat                  | Eșantionul                | Nr.Subiecți | Media  | Abaterea Standard | Testul t | Pragul de semnificație |
|------------------------------------|---------------------------|-------------|--------|-------------------|----------|------------------------|
| Nivelul educației moral religioase | G2 înainte de intervenție | 30          | 7,6600 | ,4903             | -13,676  | p< 0.01                |
|                                    | G2 după intervenție       | 30          | 9,2200 | ,3872             |          |                        |

Cercetarea realizată dorește să arate importanța activităților de consiliere psihopedagogică și educație moral-religioase în dezvoltarea stării de bine și a stimei de sine la elevii proveniți din medii defavorizate. Importanța consilierii elevilor precum și implicarea acestora în procesul de educare moral-religioasă duce în final la formarea personalității acestora și pregătirea lor pentru viață. Educația în familie constituie un punct de plecare în construcția personalității membrilor familiei și contribuie la starea de bine a membrilor ei. Copilul de astăzi este OMUL de maine, care se construiește de un părinte cu valori moral-religioase, care știe cum să acționeze în momentele dificile și care reflectează asupra fiecărui eveniment din viața copilului său. Cercetările arată că participarea elevilor la diverse programe educaționale realizate în școală este mai facilă și influențează pozitiv starea de bine și stima de sine. În acest proces al cărui succes depinde de colaborarea dintre cele două părți implicate ( psihologul școlar și profesorul de religie) precum și colaborarea părinților cu școala, stima de sine crește determinând o adaptabilitate crescută a acestora la cerințele mediului educațional.

Nu ne putem aștepta la rezultate imediate, pe termen scurt. Să nu disperăm și să nu sperăm la mai mult decât o îngăduie dinamica normală a unei dezvoltări psihogenetice. Natura umană nu poate fi forțată nici atunci când este vorba de însușirea unor valori religioase. În fond, orice act formativ asta înseamnă: să sădești ceva cu gând bun și să ai apoi

răbdare, căci rodirea, de bună seamă, va veni la timpul ei, ea nu apare peste noapte, forțat, intempestiv. Stima de sine este o însușire a ființei umane, care se construiește în timp, prin acumulări progresive de cunoaștere și înțelegerea sinelui, prin acceptarea statutului și găsierea celor mai potrivite metode și mijloace acceptate de morala creștină, pentru construirea personalității.

Putem conchide prin a afirma că cercetarea de față prin specificul și metodele utilizate pe parcursul derulării a reprezentat o perspectivă nouă de abordare a problemelor întâmpinate de elevii proveniți din medii defavorizate, și a contribuit în mod concret la dezvoltarea lor din perspectiva psihopedagogică și a educației moral religioase oferind beneficiarilor noi perspective în dezvoltarea și abordarea problemelor.

### Bibliografie:

1. Antonescu, G.G., 1937, *Educația morală și religioasă în școala românească*, București, Cultura Românească.
2. Băban, A., (2001), *Consiliere educațională, Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere*, Cluj-Napoca,
3. Cosmovici, A., Iacob, L. (1998), *Psihologie școlară*, Ed. Polirom, Iași
4. Iluț, P., 1996, *Familia și gospodăria în sociologie*, Ed. Mesagerul, Cluj
5. Iluț, P., 2009, *Psihologie socială și sociopsihologie*, Iași, Editura Polirom
6. Mărgineanu, N., 1999, *Psihologia persoanei*, București, Editura Științifică.



## Joc exercițiu pentru copiii de gradiniță

Psiholog școlar Pătrana Georgeta

Tema: *Daruri de ziua ta*

Scopul activității: *dezvoltarea gândirii logice, dezvoltarea capacității de a selecta jucării în funcție de modul de utilizare, perceperea de către copil a unor operații logice simple.*

Materiale utilizate: diferite jucării pentru băieți și fete, eșarfă, două păpuși, fișe individuale

### Desfășurarea activității

Copiii sunt așezați în formă de semicerc iar pe o măsuță sunt așezate două păpuși pe care le descoperim cu o eșarfă mare în formă de surpriză, îmbrăcate una în băiat cealaltă în fată.

Sunt împărțite jucăriile iar la semnalul psihologului : *Daruri de ziua ta* – copiii care au jucării specifice băieților le vor aduce la masă, la păpușa îmbrăcată în băiat.

Apoi li se va cere să ofere daruri corespunzătoare păpușii îmbrăcată în fată. În timpul jocului se pot introduce și jucării pe care le pot folosi atât fetițele cât și băieții.

La finalul activității se pot pregăti fișe în care să coloreze diferite daruri pentru fete sau băieți, plăcute copiilor. La grupele mai mari se poate continua jocul cu alte variante; spre exemplu, să se joace de-a magazinul, magazinierul, vânzătorul etc.



# MOTIVAȚIE

INTRINSEC ↓

EXTRINSEC ↑

## Cum îmi motivez copilul când ia note mici ?

Psiholog școlar Iușan Maria Călina

Ne confruntăm adesea ca părinți cu situații mai puțin plăcute pentru noi dar și pentru copilul nostru referitoare la notele mici obținute la diferite discipline de învățământ. Acest fapt ne determină să luăm uneori măsuri mai puțin eficiente pe termen lung, de genul: îi stabilim copilului un program strict de învățare, pedepsim copilului prin diferite metode, ne înfuriem și îl certăm, îl criticăm, îl amenințăm că dacă nu va avea rezultate bune nu va merge în excursia promisă. Îi reamintim cât de mult muncim pentru a-i asigura condiții de învățare dar ometem calitatea relației cu fiul sau fiica noastră, modul de comunicare, timpul petrecut împreună.

### Ce pot face ca părinte când adolescentul ia note mici ?

- Subliniez importanța muncii: munca ne permite să ne integrăm în societate, să avem un anumit statut, să fim împreună cu alte persoane, să ne organizăm timpul, să ne împlinim în plan personal și să ne urmărim idealurile. În cazul adolescentului să fii elev înseamnă să ai un loc bine stabilit în societate, să te întâlnești cu ceilalți colegi deosebiti de frații tăi, să faci parte dintr-un grup, să te bucuri de ierarhia socială, fără școală nu ar exista vacanțele. Munca îți dă posibilitatea de a-ți face planuri pentru viitor.
- Caut metode noi de lucru: poți fi motivat dar ai nevoie și de mijloace pentru a reuși, cu alte cuvinte voi pune accent pe calitatea muncii adolescentului, pe eficiență și pe încrederea în sine a adolescentului.
- Formulez critici constructive: *Îmi pare rău că ai luat 3 la matematică. Sunt sigură că o pagină de exerciții în plus și o recapitulare te-ar fi ajutat să te descurci mult mai bine.*
- Ofer sprijin și când rezultatele sunt slabe deși copilul a depus efort. Vom spune: *Am văzut că te-ai străduit și ai muncit. Rezultatele vor apărea, nu te descuraja, în loc de : Ai fost cu capul în aer la test, unde ți-a fost mîntea ? M-ai dezamăgit !*
- Urmăresc notele bune și îl întreb ce a făcut ca să obțină acest rezultat astfel încât să aplice și la disciplinele unde rezultatele sunt mai puțin bune.
- Iau în considerare orice progres înregistrat la disciplina respectivă



## Ticurile copiilor - spaima părinților

Psiholog Porkoláb Annamária

“Dacă acționezi cu iubire, vei acționa în mod natural. Dacă reacționezi plin de frică, de resentimente, cu furie, e posibil să acționezi normal, dar niciodată nu vei acționa natural.” - Neale Donald Walsch

Ticurile sunt manifestări inconștiente ale copiilor putând lua diferite forme: clipitul din ochi, tușitul, grimaselor, ridicării din umeri, etc, făcute de obicei rapid și repetate cu regularitate. Studiile arată faptul că ticurile apar la unul din cinci copii în primii 10 ani de viață. Ticurile pot persista mai mult timp sub aceeași formă, pot fi înlocuite cu

- Ticurile denotă o stare de tensiune sau anxietate, uneori „o reacție ostentativă” din partea copilului, atunci când încearcă să asculte sau să execute tot ce i se cere chiar dacă nu poate sau nu e de acord.

- Ticul poate releva tensiuni familiale sau probleme afective ale copilului.

- Ticul apare ca un compromis salvator între a arăta și a nu arăta, mai ales atunci când suferința și tensiunea interioară nu poate fi ascunsă dar nici exprimată.

- Ticurile apar mai frecvent la băieți și pot apărea oricând după vârsta de 2 ani.

### Ce nu trebuie să facem dacă copilul nostru prezintă diferite ticuri?

- Să dojenim, să certăm copilul, sau să-l pedepsim.
- Să-i oferim recompense “dacă reușește să nu mai facă”.
- Să-i interzicem respectivele gesturi și să-l atenționăm frecvent.
- Să ne amuzăm pe seama ticurilor, „să nu facem haz de necaz”

altele, alteori dispar pur și simplu. Ele apar cel mai frecvent la vârsta preșcolară și a școlarității mici între vârsta de 5-7 ani atunci când copilul este supus la tot mai multe reguli, joaca este preluată în mare parte de învățat și de alte activități impuse, iar toate acestea pot crea tensiune.

### Ce trebuie să știm despre ticurile copiilor?

- Să-l interogăm de ce face acele gesturi pentru că oricum nu ne poate da detalii, pur și simplu nu se poate abține.
- Chiar dacă vă enervează sau vă sperie ticul copilului, nu vă grăbiți cu medicamentele!

### Ce putem face?

- În primul rând este nevoie de depistarea cauzei lor. Există ticuri de origine neurologică, a căror cauză este organică și ticuri psihogene, a căror cauză sunt: traumele psihice sau conflictele inconștiente.
- Dacă este un tic psihogen, având cauze psihologice, este necesară intervenția unui psiholog pentru a descoperi motivele apariției acestui simptom. O astfel de intervenție terapeutică durează mai mult timp și este nevoie de răbdare, fără a culpabiliza copilul.
- Pentru a ajuta specialistul putem avea un jurnal al manifestării acestor ticuri, în care să ne notăm circumstanțele, evenimentele care preced ticurile, frecvența și intensitatea acestora, sau orice alt aspect care ar putea fi important în a influența apariția acestor ticuri.





## De ce mint copiii?

Psiholog școlar Loredana Moldovan

Având în vedere că una dintre marile dorințe ale părinților este ca propriul copil să-i spună întotdeauna adevărul, ne putem cu ușurință imagina dezamăgirea și uneori îngrijorarea acestora, atunci când descoperă că au fost mințiți. Dezvoltarea abilității de a minți este, într-o anumită măsură, un aspect firesc al dezvoltării, însă ea devine un motiv de îngrijorare atunci când observăm că acest comportament se repetă în mai multe situații. Pentru a răspunde la întrebarea "De ce mint copiii?", este util să avem în vedere câteva elemente specifice ale dezvoltării copilului:

- până la vârsta de 4 ani, copiii nu realizează prea bine diferența dintre fantezie și realitate, motiv pentru care minciunile spuse de ei vor avea adeseori un caracter fantastic (de exemplu, ar putea spune că în drum spre grădiniță s-a întâlnit cu un lup pe care l-a bătut atât de rău, încât acesta a fugit mâncând pământul)

- în jurul vârstei de 5-6 ani, copilul conștientizează foarte bine această diferență și, din această cauză,

este mai puțin probabil să identificăm acest tip de minciună fantastică, însă dorința copilului de a nu-i dezamăgi pe părinți ori de a nu fi pedepsit de aceștia prin scoaterea la iveală a unor comportamente negative, îl împinge adesea la ascunderea adevărului. Un alt tip de minciună care apare la această vârstă constă în exagerea unei realități doar pentru a obține atenția și afecțiunea părinților (de ex ar putea spune că este întotdeauna cel mai bun la activități și că educatoarele îl laudă doar pe el).

- la vârsta școlară întâlnim alături de minciuna generată de evitarea pedepsei ori de obținerea atenției adulților, minciuna de complezență, care are la bază dorința de a nu-i jigni pe ceilalți (de exemplu, declară că îi place foarte mult un cadou primit de ziua lui pentru a nu supăra). De asemenea, o cauză frecventă a minciunii la această vârstă este dată de dificultatea de a face față noilor cerințe, impuse de integrarea în mediul școlar. Alteori, copilul minte pentru că dorește să-și

protejeze intimitatea (de exemplu, ascunde anumite obiecte de părinți).

### Cum putem încuraja onestitatea la copil?

-Exemplul personal al adulților din jurul copilului are un rol foarte important în modelarea comportamentului onest la copil. În acest sens, este bine să evităm la rândul nostru să mințim și dacă totuși am făcut-o, să admitem acest lucru și să-i explică copilului motivul.

-Consecvența în stimularea comportamentului onest este de asemenea extrem de importantă. De aceea, încurajarea copilului de a minți în anumite situații, spunând de exemplu, unei rude că părinții nu asunt acasă și pedepsirea acestuia pentru că a mințit cu alte ocazii nu face decât să creeze confuzie.

-Racordarea așteptărilor părinților la posibilitățile copilului și evitarea excesului de reguli sunt modalități prin care putem reduce frecvența minciunii datorată nevoii de afecțiune ori a celei de evitare a pedepselor. Cu cât avem mai multe reguli,

cu atât cresc șansele ca acestea să fie încălcate și să apară nevoia copilului de a se proteja de consecințe.

-Apreciați de fiecare dată când copilul vă spune adevărul, îndeosebi în situațiile în care acest lucru este dificil pentru ei.

- Încercați să sancționați minciuna prin consecințele logice ale comportamentului avut în vedere. De exemplu, în loc de a-i interzice să mai iasă din casă pentru că a mințit în legatură cu temele, puteți stabili ca de acum înainte să vă arate caietul semnat de învățătoare/profesor ca semn al realizării temelor, până veți avea încredere că la va face fără a fi controlat.

- Identificați cauza reală a minciunii copilului și acționați în funcție de aceasta. De exemplu, atunci când copilul minte pentru a obține atenția, încercați să-i împliniți această nevoie prin petrecerea timpului împreună și prin întărirea afecțiunii pe care i-o arătați.





## Negativismul copilului-cauză a carenței educative în familie

Psiholog școlar Ștef Ioan

Așa cum se știe, negativismul nu este un fenomen înnăscut, el fiind mai degrabă un rezultat al carențelor educative din familie și al educației școlare.

În familie copilul are de îndeplinit anumite sarcini, mai bine zis este angajat în executarea anumitor activități. De cele mai multe ori realizarea acestor sarcini duc la suprasolicitarea copilului. Această situație poate genera conflicte între copii și părinți, care prin susținere și frecvență poate constitui o sursă a negativismului. De asemenea activitățile defectuos organizate care nu-l solicită pe copil peste potențialul de care dispune, sunt o sursă a negativismului. Deși de multe ori comportamentul parental autoritar asupra copiilor este firesc, abuzul de autoritate determină o diminuare a trăsăturilor volitive, afective și de intelect.

În multe familii copilul ascultă în general de unul din părinți, în cele mai multe cazuri de cel mai consecvent în cerințe. Construirea unei relații și educații corecte a copiilor presupune formularea unor cerințe raționale și o bună organizare a vieții acestora.

Uneori părinții greșesc îngrădind libertatea copilului, oprimându-i inițiativa. Sunt folosite în exces interdicții care nu sunt necesare, forțându-l să facă ce dorim noi pentru că așa este bine, dar uităm de nevoile lui, de ce nu chiar de ale noastre la o anumită vârstă. Copilul simte nevoia de activitate, dorind să se antreneze și să se dezvolte, achiziționând deprinderi și obișnuințe necesare dezvoltării psihicului și fizicului corespunzătoare vârstei și societății actuale. Aceasta explică de ce mulți copii ripostează încercării părinților de a le dirija dezvoltarea psihofiziologică. Există familii în care părinții autoritari „bombardează” copilul cu



interdicții. Dintre acestea amintim: să nu iasă în curte, să nu se joace cu anumiți copii, să nu se ducă la un prieten, să nu alerge prin casă, să nu țipe, să nu se miște, etc. Toate acestea apar chiar dacă noi adulții conștientizăm că acel copil are nevoie de joacă, de prieteni, de inițiativă, de acțiune de veselie. Chiar dacă nu ne place, de multe ori aceste măsuri restrictive își găsesc explicația în comoditatea anumitor părinți, deoarece este mult mai ușor să dai ordine decât să te implici în organizarea rațională a vieții copilului.

Acestea duc la subordonarea voinței copilului care se subordonează treptat voinței adultului, copilul devenind anxios, cu sentimente de aversiune față de părinți, lipsit de inițiativă, lucru care duce la manifestări negativiste.

Pentru ca un copil să se dezvolte armonios are nevoie de ocrotire și o îndrumare competentă din partea ambilor părinți, realizată printr-un regim „autoritar rațional”. Abuzul de autoritate influențează întreaga personalitate a copilului. Nu este generat de lipsa de dragoste din partea părinților și mai degrabă de o dragoste greșit exteriorizată, datorită cunoașterii eronate sau

insuficiente a procedurilor și măsurilor pedagogice de educare a copiilor.

Se pare că mai dăunătoare sunt pedepsele umilitoare la care unii părinți recurg pentru a câștiga autoritatea față de copil și care de cele mai multe ori duc la acte grave de indisciplină cum ar fi: atitudinea nepotrivită față de părinți, infraționalitatea, fuga de acasă, izolarea, lipsa motivației pentru actul educațional. Aceste abateri se pot repeta în cazul în care abuzul de autoritate continuă.

Nu trebuie să neglijăm faptul că și lipsa de autoritate este la fel de dăunătoare ca și abuzul, comportamentul negativist fiind și o expresie a lipsei de autoritate a părinților. Tocmai de aceea comunicarea eficientă, susținerea, găsirea soluțiilor de compromis, încurajarea, realizarea unui program acceptat de ambele părți sunt soluții de dezvoltare optimă pentru copil.

Toate acestea pot fi reprimite printr-o colaborare între școală și părinți care au datoria, pe lângă prevenirea și descoperirea acestor cazuri să intervină și în soluționarea acestora.





## Cunoaștere, toleranță și respect față de cei din jur

la Liceul Tehnologic Nr 1 Luduș

Psiholog școlar Angelica Moldovan

Într-un cadru ambiental plăcut, specific terapiilor ocupaționale, elevii clasei a X-a G de la Liceul Tehnologic Nr. 1 Luduș au participat la o activitate despre ceea ce înseamnă cu adevărat Halloween-ul.

O frumoasă lecție interactivă despre ce înseamnă toleranța, ce înseamnă să-ți înțelegi și să-ți respecti aproapele, a fost coordonată de profesorii consilieri școlari, Angelica Moldovan și Emil Bloj. Chiar dacă este o sărbătoare de origine celtică, preluată astăzi de multe popoare din lumea occidentală, *febra* Halloween-ului a pătruns și în țara noastră.

Numele provine din limba engleză, de la expresia All Hallows'Even, numele sărbătorii creștine a *tuturor sfinților*, sărbătoare cu care Halloween-ul a devenit asociat în țările unde predomină creștinismul occidental-catolic și protestant, deoarece în aceste culte creștine *ziua tuturor sfinților* este sărbătorită pe 1 noiembrie.

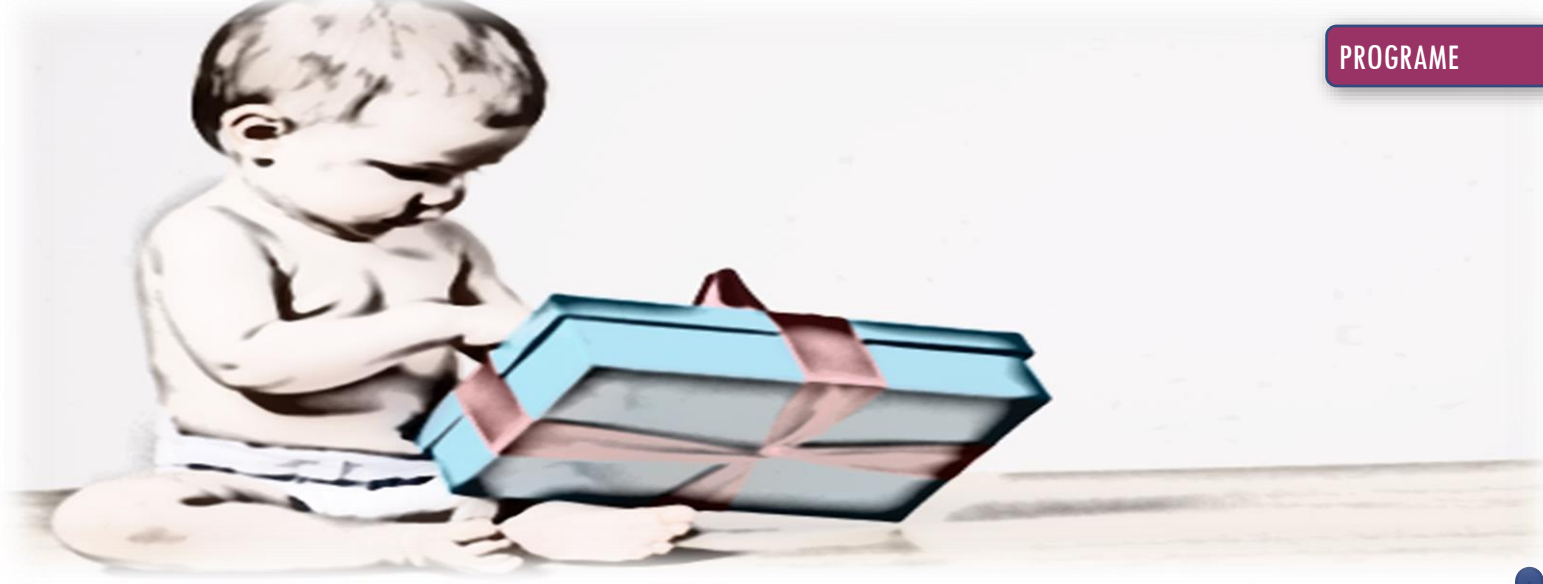
În timpul activității, pe lângă numeroasele informații pe care le-au primit despre această sărbătoare, elevii

au confecționat afișe și ornamente specifice acestei sărbători devenind solidari cu toți cei care sărbătoresc Halloween-ul.

Pentru a încânta privirea tuturor profesorilor și colegilor de la Liceul Tehnologic Nr 1 Luduș, elevii și-au expus rodul muncii lor alături de informații despre Halloween, într-o miniexpoziție în cantina liceului.

Activitatea s-a bucurat de sprijinul doamnei diriginte prof. Simina Pala, precum și de cel al doamnei director prof. Claudia Botezan.





## Cadoul

Psiholog școlar Carmen Nichiforiuc

Pentru elevii claselor pregătitoare și a I-a din școala Gimnazială Nr. 7, Campania „Învățând să dăruim” a fost mai mult decât un experiment interesant și surprinzător, pot spune că a fost o experiență sinceră, care i-a determinat pentru o clipă să devină empatici, sufletești și conștienți de existența a numeroși copii, care se confruntă cu lipsuri primare

Am pornit de la un experiment realizat de o televiziune din SUA implicând câțiva copii din orașul Atlanta, statul Georgia, unde peste 83% dintre ei au acasă o situație financiară precară. Având în vedere că societatea se concentrează mai mult pe ideea de a primi în schimbul celei de a oferi, realizatorii TV au decis să-i supună pe o parte dintre acești copii la încercarea vieții lor. Astfel copiii au fost întrebați ce și-ar dori să primească de Crăciun, iar răspunsurile au sosit imediat: tabletă, Xbox, căsuță uriașă pentru păpuși, mașină cu telecomandă și multe alte obiecte la care doar pot visa. Următoarea întrebare adresată micuților făcea referire la ce cred ei că și-ar dori mamele lor să

primească în dar de Crăciun. Bineînțeles copiii au știut exact care sunt dorințele mamelor, alegând diferite obiecte precum rochii, parfum, bijuterii sau aparate de bucătărie. Surpriza și emoția cea mai mare a fost când în fața lor au apărut cadourile mult visate atât pentru ei cât și pentru mămici. Copiii au fost copleșiți! Bucuria nu a durat mult, deoarece a urmat o provocare care era greu de înfruntat pentru niște micuți ca ei. Astfel, copiii au fost rugați să aleagă între cadoul mult visat versus unul pentru mamă. Alegerea era dificilă! mai ales că acum aveau în față obiectul mult dorit, îl puteau ține în mână și studia, însă ce urmau să aleagă i-a uimit pe realizatorii TV. Toți au decis să renunțe la cadoul mult visat, pentru a dăruii o clipă de fericire ființelor care le-au dat viață și care le-au crescut. Datorită situației financiare dificile pe care o au, copiii au înțeles că darul cel mai de preț este familia, oferind tuturor un moment de sinceritate și maturitate.

Revenind la elevii clasei pregătitoare și a I-a de la Școala Gimnazială Nr. 7, aceștia au fost încurajați să exprime toate dorințele pe care le au în legătură

cu lucrurile pe care și le doresc de Crăciun. Pot spune, că abia am reușit să scriu denumirile obiectelor pe care și le doreau, așa de necunoscute îmi erau: Dronă Sky Viper, pușcă Nerf N-Strike Elite Hyper Fire Blaster, Chrono Bomb, Studio Soy Luna, sau o minge de fotbal cu semnăturile originale ale jucătorilor de fotbal de la Real Madrid. După întocmirea acestei liste, copiii nu știau că urmează să primească fiecare câte un cadou, oferit de către un copil cu inimă mare din Spania. Nu era un cadou cu o valoare materială ridicată, acesta cuprinzând rechizite, produse de igienă personală, o jucărie, un set compus din căciulă, mănuși și fular, toate ambalate frumos într-o cutie de pantofi. De asemenea fiecare pachet mai cuprindea câte o felicitare cu urări calde scrise de părinți, dar și o fișă tip scrisoare, pe care copiii au desenat în ce parte a Spaniei locuiesc, cine sunt membrii familiei lor și un mini portret al lor. Înainte de a primi și deschide aceste daruri, copiii

au fost invitați la un exercițiu de imaginație, cerându-le să realizeze o listă cu lucruri personale, pe care ei le-ar oferi unor copii pe care nu-i cunosc, dar despre care știu că nu au posibilități optime de trai. Astfel, elevii au fost dispuși să renunțe la mingea semnată de fotbalistul Gheorghe Hagi, la cartea preferată, la telefon, la LEGO, la păpușa preferată, la hainele care le-au rămas mici, la gândul că pot ajuta un copil mai nevoiaș, conștientizând că cele mai importante „lucruri” sunt Sănătatea și Familia. Tema pentru acasă, a fost realizarea cu ajutorul părinților, a unor mesaje sincere, pline de speranță și susținere pentru un copil nevoiaș, precum și un desen.

Prin campania „Învățând să dăruim”, aproape 100 de copii din Școala Gimnazială Nr. 7 au primit un cadou, bunătatea copiilor fiind reciprocă și sinceră.

## Școala Gimnaziala Nr. 7 "Învățând să dăruim!"



## Împreună împotriva traficului de persoane Model de acțiuni de informare a tinerilor privind pericolul traficului de persoane

Psiholog școlar Emil Bloj

Conform estimării Națiunilor Unite, în fiecare an sunt traficate pe plan mondial între 2 și 4 milioane de persoane. Mai îngrijorător este faptul că numărul cel mai mare de victime au vârsta cuprinsă între 14 și 18 ani. Împreună cu grupa 18-25 de ani, alcătuiesc 90% din totalul victimelor exploatare sexuală arată statisticile oficiale.

În acest context este imperios necesară implicarea tuturor factorilor educaționali în informarea elevilor și formarea tinerilor pentru combaterea acestui flagel al secolului în care trăim.

Pornind de la aceste date, două instituții școlare din județ s-au bucurat de inițiativa unor cadre didactice în organizarea acțiunilor de informare a tinerilor privind pericolul traficului de persoane. Acțiunile s-au bucurat de sprijinul doamnei director prof. Claudia Botezan, de la Liceul Tehnologic Nr.1

Luduș, al domnului director prof. Dumitru Matei precum și al prof. Viorel Socol, director adjunct la Colegiul Agricol Traian Săvulescu din Tg Mureș și al diriginților care s-au implicat responsabil în tratarea cu multă seriozitate a problemei aduse în discuție.

La Liceul Tehnologic Nr1 Luduș au fost formați 32 de elevi din clasele XI - XII, care au avut rolul de a transmite colegilor informații prețioase despre modul în care pot fi racolate persoanele, despre posibilitățile recrutorilor și despre modul în care tinerii se pot feri de pericolul de a cădea în capcana traficului de persoane. Inițiatorii acestor activități au fost profesorii psihologi școlari Angelica Moldovan și Emil Bloj.

La Colegiul Agricol Traian Săvulescu din Tg Mureș, au avut loc o serie de activități care au urmărit același țel.

Obiectivele proiectului **Împreună împotriva traficului de persoane** au urmărit sprijinirea tinerilor în

a dezvolta optim abilitățile de comunicare, de interrelaționare și de responsabilizare. Acțiunile au vizat antrenarea în activități interactive a peste 276 de tineri cu vârste între 14 și 18 ani, vârsta cea mai atinsă de traficul de persoane. *Percepția elevilor asupra problemelor societății în care trăim este determinată de nivelul de informare al acestora. Am încercat*

*formarea tinerilor pentru a deveni capabili să-i informeze, la rândul lor, pe colegi despre traficul de persoane și despre modul în care se pot feri de acest pericol. Faptul că elevii au primit informații de la tineri a constituit un avantaj. Informația primită de la cei de o vârstă cu tine are un impact mult mai mare decât ceea ce afli de la persoane adulte.*





## PROGRAME DERULATE LA LICEUL TEHNOLOGIC „VASILE NETEA”

Psiholog școlar Lichințeanu Aura Claudia

Programul „Stop sclaviei valorilor umane!” are ca scop prevenirea traficului de ființe umane, fiind adresat atât părinților cât și elevilor din clasele VII-XII. Participanții la program au fost informați cu privire la persoanele implicate în racolarea victimelor, modalități de racolare, profilul persoanelor vulnerabile precum și scopul traficului. La câteva activități am avut onoarea să o avem alături pe d-na comisar Zaharia Cristina de la Inspectoratul de Poliție Județean Mureș, care a prezentat elevilor factorii de risc și vulnerabilitatea față de traficul de persoane.

Programele „Sunt mare, merg la școală!” și „Trec la gimnaziu!”, au ca scop prevenirea problemelor de adaptare școlară, fiind adresate atât părinților cât și elevilor din clasa a IV-a. În acest sens sunt oferite modalități de cunoaștere a nivelului de dezvoltare a copiilor corespunzător etapei de vârstă, și strategii de rezolvare a unor dificultăți ce pot apărea în relaționarea cu copiii.



Plecarea la muncă în străinătate presupune schimbări în viața membrilor familiei, unele dintre ele afectând familia în sens negativ. Programul „Suflete între frontiere” este adresat copiilor și părinților, iar principalul obiectiv vizează informarea părinților și conștientizarea lor asupra riscurilor la care pot fi supuși copiii. De asemenea, elevii participă la diverse activități ce au ca scop



dezvoltarea încrederii și stimei de sine, fiind încurajată independența și participarea la activități extrașcolare.

Proiectul educativ „Încercarea moarte are!”, se adresează elevilor din clasele IV-XII, având ca scop prevenirea și combaterea consumului de droguri. Elevii au fost informați cu privire la legislația în domeniul drogurilor și la efectele consumului de droguri pe multiple planuri:



psihic, fizic și social. De asemenea, s-a evidențiat rolul influenței grupului în conturarea comportamentelor de risc, cât și implicarea altor factori, cum ar fi: curiozitatea, impresia rezolvării problemelor și formarea unei imagini sociale pozitive. În cea de-a doua parte a programului am pus accent pe formarea unor valori și atitudini pozitive față de un stil de viață sănătos precum și dezvoltarea abilităților de luare a deciziilor. Elevii au participat la concursul de desene organizat de Agenția Națională Antidrog, la care eleva Danciu Luciana a obținut locul I la nivel național.

Întrucât, conform statisticilor, România are cea mai mare rată de sarcini la adolescente din Uniunea Europeană, de trei ori mai mare față de media europeană, am inițiat un program de

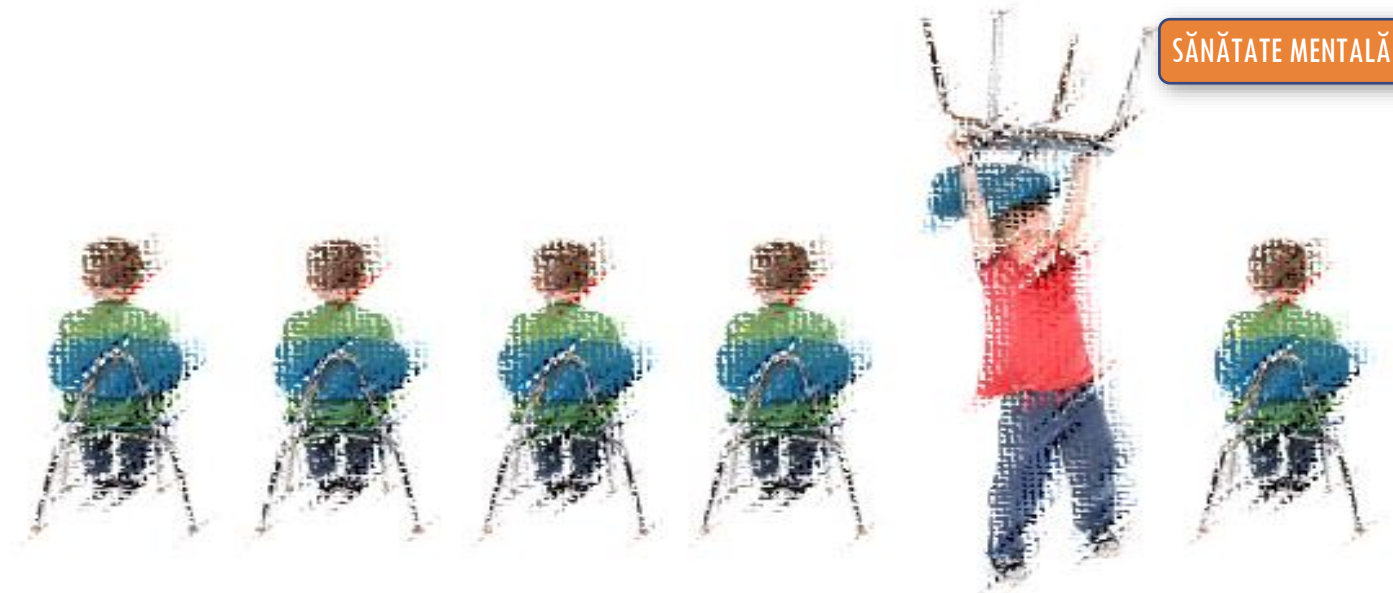
prevenire a sarcinilor precoce în rândul adolescentelor. Pentru derularea acestui program am colaborat cu Fundația Mater din Tg. Mureș și Asociația pentru Libertate și Egalitate de Gen din Sibiu.

„Cariera mea, încotro!” este un program de orientare școlară și profesională adresat în exclusivitate adolescenților care doresc să urmeze o carieră medicală. În acest sens avem un parteneriat cu Centrul Medico-Social din comună, unde sub îndrumarea d-nei doctor Carmen Buhnîlă, elevii descoperă tainele meseriei de medic precum și elemente de prim ajutor, ca de exemplu: manevra de resuscitare cardio-pulmonară, manevra Heimlich, intervenție primară în caz de electrocutare, înțepătură de căpușă, scorpion, viperă, etc.



Urmărind activitatea și comportamentul elevilor în condiții de evaluare, am observat dificultățile pe care aceștia le întâmpinau atunci când trebuiau să prezinte un proiect sau activitatea grupului din care făceau parte. În acest sens, din dorința de a sprijini elevii care prezintă o anxietate ridicată la evaluare, am derulat în școală un program de dezvoltare a inteligenței emoționale în scopul diminuării anxietății.





## ADHD – o provocare pentru părinți și profesori

Psiholog școlar Luminița Iosif

Mircea are 10 ani și este în clasa a V-a. A fost trimis la specialist de către învățătoarea lui, la sfârșitul clasei a III-a, la fel ca majoritatea copiilor care prezintă manifestări congruente cu un diagnostic de ADHD. În clasa a V-a, diriginta a remarcat că a manifestat un comportament violent într-o altercație cu o fetiță, urmat de lipsa de comunicare și închidere în sine, că își pierde foarte ușor atenția la ore, se foiește mult și se ridică din bancă.

Pornind de la premisa că orice comportament este amorsat de antecedente și menținut de către consecințele sale (întăriri sau pedepse) am realizat analiza funcțională a comportamentelor indezirabile ale elevului, care stă la baza intervențiilor de modificare a comportamentelor dezadaptative.

Monitorizarea comportamentelor are în vedere elaborarea planului de modificare a mediului care favorizează comportamentul respectiv.

**Problema 1:** Mircea nu are răbdare cu temele mai lungi sau cu exercițiile mai grele.

**Situația:** Dacă are foarte mult de lucru pentru școală (3 pagini față de 3 exerciții) nu face tot.

**Antecedente îndepărtate** (gânduri iraționale): „Când devin frustrat că am de făcut o temă grea mă gândesc că nu e corect și că nu ar trebui s-o mai fac deloc”, „Nu suport să am teme multe și grele, nu am răbdare și mai bine nu le mai fac” „E groaznic să ai multe teme de făcut și nu suport asta”, „Cel mai groaznic lucru în viață este să trebuiască să faci lucruri plictisitoare”.

**Antecedente imediate:** Își face temele acasă, întotdeauna împreună cu mama. Temele sunt incomplete atunci când are mai mult de două pagini de lucru.

**Comportament:** Nu își face tema complet, cu toate insistențele mamei.

**Consecințe:** La insistențele mamei, care-i dispusă să-l ajute cum poate, se înfurie, se încruntă, i se schimbă privirea și nu mai comunică.

**Efect:** Cedarea din partea mamei duce la întărirea comportamentului indezirabil.

**Strategii de management comportamental:** În cadrul planului de management al contingențelor am identificat împreună cu mama o listă cu cinci lucruri care a observat că funcționează ca recompensă pentru M. (ex.jocurile cu cuburi, tableta) și cinci lucruri aversive, neplăcute (ex. luarea tabletei). O consecință a neterminării

temelor era reducerea timpului petrecut cu tableta cu o oră, pe când finalizarea temelor avea ca și rezultat creșterea cu jumătate de oră a timpului petrecut la tabletă.

**Problema 2:** Profesorii acuză lipsa de atenție din partea lui, faptul că trebuie atenționat deseori, fiind cu privirea pierdută.

**Situația:** Mircea uită uneori să-și noteze temele, pierde chei, creioane, haine, este ușor distras, nu mai aude nimic în jur, nu mai reacționează.

**Antecedente îndepărtate:** Deficit de atenție și hiperactivitate (ADHD); Gânduri nesănătoase: („Cel mai groaznic lucru în viață este să trebuiască să faci lucruri plictisitoare”, „Oamenii nu ar trebui să se supună întotdeauna regulilor și să se poarte bine”).

**Antecedente imediate:** Inatenția apare în timpul orelor sau în pauze datorită rezistenței mai scăzute la stres, determinată genetic, care joacă un rol decisiv în geneza tulburării.

**Comportament:** Mircea uită că are teme, pierde lucruri, deseori este surprins de profesori cu privirea pierdută.

**Consecințe:** Profesorii îl atenționează uneori, nu întotdeauna, i se fac observații, iar el revine la sarcina de lucru, sau se arată indiferent când uită să facă tema, chiar dacă primește un 3.

**Efect:** Perpetuarea comportamentului indezirabil

**Strategii de management comportamental:** Am stabilit ca întotdeauna când este surprins cu privirea pierdută, profesorii să-l atenționeze, chemându-l pe nume sau punând mâna ușor pe umărul lui. Acesta era semnul stabilit pentru abordarea comportamentului dezirabil, adică reorientarea atenției spre sarcină. De asemenea profesorii verificau ca el să-și noteze tema.

**Problema 3:** Mircea își exterioriza furia prin distrugerea bunurilor colegilor.

**Situația:** Mircea reacționează la remarcile negative ale colegilor, lovind și împrăștiindu-le lucrurile pe jos, dar nu lovește copiii, apoi se retrage, se închide în el și nu mai comunică.

**Antecedente îndepărtate:** toleranță scăzută la frustrări; Gânduri nesănătoase („Nu suport să fiu furios și mi-e greu să-mi inhib un comportament”, „Când sunt nervos am multă putere pe care o descarc”)

**Antecedente imediate:** Comportamentul nedorit apare în pauze, cu colegii, când consideră că a fost tratat nedrept sau că dreptul lui a fost amenințat.

**Comportament:** Elevul lovește și împrăștie lucrurile colegilor pe jos (ghiozdan, rechizite), apoi se retrage, se închide în el și nu mai comunică.

**Consecințe:** Colegii îl izolează, iar diriginta îi face observații, ia legătura cu mama și îl îndrumă spre cabinetul școlar, ceea ce inițial este perceput ca o pedeapsă.

**Efect:** Perpetuarea comportamentului indezirabil

### Strategii de management

**comportamental:** Am identificat dezavantajele și avantajele furiei (îl face să se simtă puternic). Consecințele acestor comportamente includ de obicei pedepse, șicanări din partea colegilor. Astfel a realizat că furia îl face slab și nu puternic, riscând să-și piardă controlul, autoritatea și să se distanțeze de copii, să nu fie acceptat în grup. Am stabilit ca atunci când simte că este furios la școală, să se retragă în bancă și să ia o “pastilă psihologică”, sub forma unui card cu un gând rațional. “Deși nu-mi place acest lucru, dacă devin excesiv de supărat, nu mă va ajuta să rezolv problema.” Dacă nu se liniștește după ce repetă de câteva ori, pentru că-i place să deseneze, să contureze furia cu roșu, culoarea lui preferată.





## Fabrica de cadouri a lui Moș Crăciun

Psiholog școlar, Bojte Kinga

Pitica, era un pui de pisică drăgălașă ,gingașă și foarte firavă, care abia aștepta seara de Crăciun, după spusele mamei , când Moș Crăciun va duce cadouri tuturor.

Era atât de curioasă să-l întâlnească pe Moș Crăciun, încât era dispusă să facă orice în numele marii întâlniri.

-Pitică, treci încoace și nu mai visa cu ochii deschiși! Hai ajută-mă la treburile casei! -auzi vocea mamei din bucătărie.

-Mimi, las-o în pace nu o pune la treabă, că e cea mică! -intervenea tatăl ei, Blănosu'.

-Nu contează cât de mică, trebuie să învețe rânduiala vieții! -venea replica lui Mimi.

-Mama are dreptate, trebuie să înveți ce este viața și să faci un bine pentru a primi un cadou de la Moș-se gândi la vorbele bunicii.

Dar chiar ce-mi doresc cu adevărat?! /răsări întrebarea printre gândurile ei. Oricât de simplu părea răspunsul, acesta nu apărea de niciunde.

-Auzi, Pitico, tata mi-a promis că Moșul îmi va face un cadou o bicicletă. -zise Năvășu, fratele ei din odaia cealaltă, foarte fericit cu vestea pe care o aflase nu de mult.

-De unde știi? /îl întrebă Pitica.

-Păi i-am scris Moșului și mama a spus că mi se va împlini dorința dacă am fost cuminte tot anul, iar eu cuminte am fost!

-Așa ceva nu se poate! -mormăi Pitica-fratele meu deja știe ce cadou va primi, în timp ce eu, sora mai mare, habar nu am?! Nedumerirea ei creștea și mai mult în timp ce a ajuns în bucătărie lângă mama ei, încercând s-o înduplece:

-Mamă, pot să fac orice pentru a primi un cadou? -îndrăzni întrebarea

-Draga mea, cadoul are valoare dacă vine din inimă, însă nu de fiecare dată când faci un cadou primești și ceva în schimb/explica Mimi.

Pitica părea mulțumită de răspuns și a ajutat-o pe mama ei până seara la prăjiturile de Crăciun.

Cu zâmbetul pe buze s-a culcat sperând să adoarmă cât mai repede, pentru a se trezi de dimineața și pentru a deschide cadourile de sub brad! Când a adormit, a avut un vis ciudat în care vizita fabrica de cadouri a lui Moș Crăciun. Niciodată nu a văzut așa ceva, era o hală imensă fără sfârșit în care spiridușii împachetau cadouri, o mulțime de jucării pe care toate pisicile din lumea întreagă și le-ar dori. Și cum era tot mai fascinată de fabrica lui Moș Crăciun, a observat o cămăruță mică cu ușa închisă. În zadar încerca să o deschidă, nu reușea până când a zărit o atenționare pe ușă: *Doar atunci să deschizi ușa, dacă crezi cu adevărat în Moș Crăciun!*

Tot mai mirată, încercă să descifreze înscricțiunea...*dacă crezi cu adevărat?*

-Normal că Moș Crăciun există de când e lumea!!- gândi ea cu voce tare.

Și dintr-o dată ușa s-a deschis și ea a intrat în într-o cameră unde pereții erau plini de fotografii cu familii de pisici de pe tot globul.

-Uau!!! E magnific, câte familii fericite!-se gândea, călătorind parcă prin lumea întreagă, cum admira fotografiile din cămăruță.

Inima i se umplea de bucurie, liniște și fericire tot mai tare.Încă zâmbea când s-a trezit și și-a dat seama de ceva: "Cadoul cel mai mare de Crăciun e familia și eu sunt cea mai norocoasă pisică pe care o știu!!!"

