

**”SOCIAL AND EMOTIONAL LEARNING: EXPERIENCE  
THE POWER OF EDUCATION!”**

**VIOLENȚĂ / NONVIOLENȚĂ**

În cadrul activităților de diseminare a cursului **“Social and emotional learning: Experience the power of education!”** la care am participat în Cipru, în perioada mai – iunie 2012, am desfășurat în Școala Gimnazială Radu Selejan atelierul psiho-educativ cu tema: **“Violență/Nonviolență”**.

Concepția activității și modul în care aceasta s-a desfășurat a venit în sprijinul elevilor clasei a VIII-a A, în rândul cărora au fost semnalate în acest an unele situații cu caracter violent. Au fost prezenți 17 elevi cu abateri comportamentale, însoțiți de dirigintele clasei – d-na profesor Dana Bălibanu.

**Obiectivele activității au vizat:**

- **Dezvoltarea abilităților intrapersonale:**
  - cunoașterea de sine,
  - încrederea și respectul de sine,
  - reducerea impulsivității,
  - gestionarea conflictelor,
  - exprimarea de sine adecvată în contextele școlare și de viață.
- **Dezvoltarea abilităților interpersonale**
  - capacitatea de a-l asculta pe celălalt,
  - comunicarea eficientă în contexte diverse,
  - empatie,
  - relaționarea optimă cu autoritatea,
  - buna capacitate de cooperare cu egalii.



**Atelierul a cuprins mai multe activități de tip experiențial - psihodramatic:**

- Activități de ”spargere a gheții” și de activare psiho-motrică – având rolul de antrenare a participanților și de a crea un climat destins în vederea bunei desfășurări a atelierului;
- ”Mașinuțele” – activitate ce vizează dezvoltarea încrederii în celălalt și provocarea asumării răspunderii;
- Exerciții pentru cunoașterea celuilalt cu rol de a facilita interacțiunea interpersonală, exersarea capacității de exprimare și de a antrena empatia participanților
- Jocuri de rol, inversiuni de rol, ”playback theater” - activități care vizează experimentarea transpunerii substitutive în psihologia altui personaj;
- Activități psihologice mai complexe în care - din rolurile de: elevi violenți, elevi abuzați, părinți, profesori – participanții au explorat diferite tipuri de emoții, trăiri, reacții, atitudini și comportamente, a căror sens și semnificație au fost desprinse din analiza ulterioară.





În cadrul unor scenete concepute și dramatizate de către elevi, au fost puse în evidență cele mai frecvente tipuri de comportament: pasiv, agresiv și asertiv – cu caracteristicile, avantajele și dezavantajele fiecăruia dintre ele.

Elevii au exersat în mod special comportamentul asertiv, responsabil. Ei au conștientizat avantajele atitudinii asertive exprimate în termeni de: evitarea conflictelor, prevenirea reacțiilor defensive, evaluarea comportamentului, autocontrol.

Toți elevii s-au implicat în activitățile propuse în cadrul atelierului care s-a desfășurat pe parcursul a două ore. În finalul activității, elevii au apreciat ca fiind cel mai valoros și mai eficient **comportamentul ASERTIV** în care:

1. problema este discutată,
2. drepturile proprii sunt susținute,
3. fiecare își alege activitatea (ce dorește să facă),
4. este stimulată încrederea în sine,
5. fiecare recunoaște și respectă atât drepturile sale cât și pe ale celorlalți.



**Acest atelier de învățare socială și emoțională cu tema VIOLENȚĂ / NONVIOLENȚĂ** a oferit participanților posibilitatea să exploreze, să înțeleagă și să cunoască diferite tipuri de comportamente și resorturile psihologice implicate în acestea. Elevii au reușit să se cunoască mai bine la nivel inter-personal dar și intra-personal și să își antreneze abilități de comunicare, empatie și de exprimare de sine adecvată în contextele școlare și sociale.



**Psiholog Elena Brănici**  
**Profesor de sprijin - CSEI NR. 1, Sibiu**

**Școala gimnazială "Radu Selejan"**