

Didactica Pro...

REVISTĂ DE TEORIE ȘI PRACTICĂ EDUCAȚIONALĂ

ISSN 1810-6455

- Formarea deprinderilor pentru viață
- Principii de igienă mintală
- E-learning – un nou mediu de formare
- Noile tehnologii educaționale în învățământul primar



Menstruația în corpore sano

educație pentru sănătate

Anul 2005 — anul Mihail Sadoveanu

MIHAIL SADOVEANU

I

Eram într-o pădure uluitoare de vie,
într-o pădure care șoptea
înăbușit. Și iată că pădurea în
iarnă, argintie, cu șoapta ei, mi l-a
reamintit. Izvoarele, sub pinze de
gheață, delicate, se legănau la vale
pe nevăzutul prund și, în lumina
sobră cu pini și nestemate, cîntau
unite într-un cor profund.
În zboruri rotunjite țîliau mari
păsări albe; un farnec de poveste
se răsfira sub cer; părea zăpada
caldă și moale ca otava, dar zărtile
sclipeau la fel, sever.
Cu vînturile-n coarne, în goană
nebunească zburau nălvalnic
cerbii pe fragedul polei. Era
acolo-ntreagă pădurea
românească, și ei pășea încet prin
larna ei.

II

Mi-au mai rămas în minte
frînturi din timpuri duse?
Treceam tăcut sub nouri în urma
unor oi. Ce-am mai păstrat din
ruza privirilor senine, din sufletul
copilului viot?
Era flămînd copilul și oile
flămînde, dar florile și pomii
luceau în chip și fel. Ținea copilul
cartea cu palme tremurînde.
Citea despre Liruca și-un cățel.
În jurul lui, pădurea voia
amețitoare și gizele prin ierburi
foșneau adormitor. Pîlînea
mioara albă cu plînsete amare și,
tristă, șchiopăta de un picior.
O mîngîia copilul cu ochii și cu
gîndul, pe cînd murea mioara
bolnavă, pe nisip. O tragică
baladă cînta prin ramuri vîntul, o
Mioriță-ntoarsă în alt chip.

III

Copilul și mioara s-au ȳters din
amintire, războiul peste toate a pus
un văl de fum. Și seceta săpase mai
multe cîmîtîre... Pe drum un
băletan pășea acum [...]
Se minunau ȳranii vîzînd că nu se
teme de ei, de depărtare, de
osteneli, de ger... Ei nu știau că visul
fi dă puteri, pesemne, cînd se visa
atunci un "clonț de fier".
Și dacă totuși drumul fi ostenea
fîptura, vorbea cu Sadoveanu în
gînd, și-l asculta. Miez fraged de
răsură fi înflorea iar gura și se-
ndrepta și pasul și chipul fi sclipea.

IV

Trosnesc butuci în vatră. În rafturi
dorm volume visîndu-ȳ existența
închisă între foi. Pe-un geam
pătrunde lacul cu luminoasa-i lume,
șoptește-n cupe vinul cu șopotele-l
moi.
E-n fața mea, cu părul din flăcări de
zăpadă, cu ochii plini de picle și
plini de-nseninări; o albă înflorire
de vișini în livadă, minunea licăririi
unei zări.
Nu are nici o vîrstă. În el sînt mii de
oameni și-ntr-însul anii proaspeți
cu toții s-au păstrat... Tot puști
rămîn. Mă aflu acum la un examen
și vreau s-arăt că nu-s intimidat.
Sentința o să vină — oricare-o fi, tot
una. El pentru mine-i apa vrăjitelor
fîntîni. Îl voi slăvi în cîntec cum pot
slăvi doar luna, iubindu-l ca pe
munții, natalii mei, bătrîni.

Nicolae LABIȘ



Didactica Pro...

Revistă de teorie și practică educațională
a Centrului Educațional
"PRO DIDACTICA"
Nr. 3 (31), 2005

Colegiul de redacție:

Silvia BARBAROV
Svetlana BELEAEVA
Nina BERNAZ
Viorica BOLOCAN
Paul CLARKE (Marea Britanie)
Olga COSOVAN
Alexandru CRIȘAN (România)
Constantin CUCOȘ (România)
Otilia DANDARA
Viorica GORAȘ-POSTICĂ
Vladimir GUȚU
Kurt MEREDITH (SUA)
Liliana NICOLAESCU-ONOFREI
Vlad PÂSLARU
Carolina PLATON
Igor POVAR (Canada)
Nicolae PRODAN

Echipe redacționale:

Redactor-șef:

Nadia Cristea

Redactor stilizator:

Mariana Vatamanu-Ciocanu

Redactori:

Svetlana Korolevski

Dan Bogdea

Culegere și corectare:

Maria Balan

Tehnoredactare computerizată:

Sergiu Puu

Design grafic:

Nicolae Susanu

Prepress: Centrul Educațional PRO DIDACTICA

Tipar: Combinatul Poligrafic, mun. Chișinău

Revista apare cu sprijinul
Fundației SOROS-Moldova.

Acest număr apare și cu sprijinul Guvernului SUA.

Articolele publicate nu angajează în nici un fel
instituțiile de care aparțin autorii, tot așa cum nu
reflectă poziția finanțatorilor.

Adresa redacției:

str. Armenească, 16/2, mun. Chișinău

MD-2012, Republica Moldova

tel: 542976, fax: 544199

E-mail: didacticapro@prodidactica.dnt.md

www.prodidactica/~revista/~index.htm

ISSN 1810-6455

© Copyright Centrul Educațional
PRO DIDACTICA

Nadia CRISTEA
Argument 2

QUO VADIS?

Nadejda VELIȘCO

Un curs cu obiective majore – "Deprinderi pentru viață" 3

Victor ZEPKA

Evaluarea comportamentului cu risc pentru sănătate la elevii cl. V-XII 5

RUBICON MANAGERIAL

Vasile COJOCARU

Stilul managerial și trăsăturile de caracter 10

EDUCAȚIE PENTRU TOLERANȚĂ

Liliana NICOLAESCU-ONOFREI

"Să ne cunoaștem mai bine"

Către cei care vor utiliza cu interes această carte 15

Anatol CIBOTARU

Toleranța și intoleranța... 17

CRONICA PEDAGOGICĂ

Dan BOGDEA

Colegiul Pedagogic "Alexei Mateevici" la 25 de ani 19

EX CATHEDRA

Oxana ISAC

Sănătatea mintală – factor important de protecție și progres sociocultural 21

Constantin CUCOȘ

Un nou mediu de formare – e-Learning-ul 23

DOCENDO DISCIMUS

Adela FEKETE, Maria FEKETE

Călătoria imaginară la lecția de română ca procedeu

de dezvoltare a creativității elevilor 27

Tatiana TURCHINĂ

Promovarea sănătății prin formarea convingerilor despre sănătate 34

DEZVOLTAREA GÎNDIRII CRITICE

Ludmila URSU

Tehnica *Sevnețe* contradictorii. Aplicații pentru etapa *Evocare* în

cadrul lecțiilor de matematică în învățământul primar și secundar 37

Valentina MOȚPAN

Educația pentru sănătate la orele de chimie. Aplicarea tehnicii *SINELG* 41

EXERCITO ERGO SUM

Elena VINNICENCO

Integrarea tehnologiilor educaționale participative în învățământul primar 46

Ana CARAIVAN, Angela CECELNIȚCHI

Jugendliteratur im Unterricht 48

RUBRICA EDUCATORULUI

Silvia STRĂTILĂ

O urare la români: Multă sănătate! 52

Natalia ȚURCANU

Igiena sufletului 53

EDUCAȚIE CIVICĂ

Elena SĂRĂTILĂ

O familie sub semnul poeziei 55

Margareta EPURE

Prin artă... spre bine. Arta decorativă aplicată la orele

de educație tehnologică 56

DICȚIONAR

Sorin CRISTEA

Educația pentru sănătate 59

SUMMARY

..... 60

EX LIBRIS

..... coperta III



Nadia CRISTEA

Argument

Demersul educațional, avînd menirea să formeze o persoană armonioasă, comportă o relație desăvîrșită între trup și suflet, finalitate ce tinde să fie atinsă și prin intermediul educației pentru sănătate, inclusă recent în învățămîntul de la noi.

Pledoaria pentru realizarea acestui gen de educație pornește de la considerentul că sănătatea constituie un aspect esențial al vieții umane. Ca fenomen ce-și pune amprenta pe întreaga personalitate, sănătatea ne determină calea în viață, ne oferă posibilitatea alegerii corecte.

Forma fizică reprezintă nivelul de sănătate pe care îl are o persoană, iar starea psihică denotă integritatea sufletească a acesteia. ”Dacă trupul întreg, afară de o mică parte care e vătămată sau ne doare, este sănătos, nu simțim sănătatea trupului, ci atenția este îndreptată numai asupra durerii locului vătămat și buna dispoziție a întregului simț vital este pierdută” (A. Schopenhauer). Exact așa se întîmplă și în cazul disonanței dintre sănătatea trupească și cea sufletească, declanșînd perturbări în concordanța prestabilită de Dumnezeu.

Istoriceste am depășit epoca antică, cînd perfecțiunea corporală întruchipa expresia elevată a frumuseții; evul mediu, cînd oamenii nu conștientizau că neglijarea igienei corporale constituie, întîi de toate, o sursă de boli (și abia apoi un impediment pentru elevarea spirituală și morală). Trăim timpul unor mari transformări, al realelor posibilități de a ne dezvolta fizic și moral. Această perioadă mai include un șir de responsabilități față de sine și de alții. Copiii noștri trebuie să înțeleagă că sînt parte a comunității, că fiecare este răspunzător de propria sănătate, iar împreună sîntem datori să protejăm și sănătatea celui de alături. Responsabilitatea față de sine, dar și față de ceilalți, constituie o componentă esențială în edificarea spiritului comunitar.

Atît școala cît și familia sînt exemple importante de comportament adecvat și sănătos. Sarcina educației pentru sănătate le revine în primul rînd părinților, aceștia avînd obligația de a veghea și călăuzi chiar de la naștere dezvoltarea fizică și spirituală a copilului. Educatorii, învățătorii, profesorii trebuie să creeze copiilor un sistem temeinic de valori pentru a rezista presiunilor anturajului, a putea decodifica mesajul ce vizează formarea unui comportament sanogen.

Modelul societății pe care îl avem este cel al consumului. Ceea ce ni oferă însă spre consum, ajunge să fie în detrimentul sănătății noastre fizice și mintale.

Ce-i de făcut? Oare nu va surveni nici o schimbare, dacă mediile de informare vor renunța să mai difuzeze știri despre evenimente tragice și urîte, ci să se ocupe de întîmplările ce merită cu adevărat. Să spunem „stop” filmelor, declarațiilor și emisiunilor violente, scenariilor de groază. Să prezentăm copiilor o ambianță cu imagini frumoase, exemplul propriului mod de viață, al opțiunilor de zi cu zi.

Cred că sîntem în stare (chiar obligați!) să oferim elevilor instituții educaționale bine întreținute, lecții de ecologie a corpului și a minții, unde să le amintim de bogăția resurselor proprii, să luptăm împreună împotriva răului preamărînd binele, repetînd după Evanghelie ”Nu ceea ce vine spre noi, ci ceea ce iese din noi ne dă bucurie și satisfacție”.

Dezvoltînd un corp sănătos, în mod cert, vom avea și o minte sănătoasă, vom putea vorbi, în sfîrșit, fără rezerve, de sănătatea națiunii. Un popor care gîndește sănătos și acționează sănătos, va avea siguranța zilei de mîine.

QUO VADIS?

Un curs cu obiective majore – “Deprinderi pentru viață”

De ce a fost necesară elaborarea Conceptului de formare a deprinderilor de viață?

La etapa actuală școala își propune nu numai să transmită elevilor cunoștințe la diverse discipline, dar și să educe o persoană sănătoasă fizic și mintal, adică pregătită pentru viață. O astfel de persoană poate avea un randament școlar optim, iar mai târziu – o integrare socială mai reușită. Astăzi, când societatea a trecut la relațiile economice de piață, când avalanșa de probleme vine peste elev, când anumite situații dificile pun multe obstacole în fața tinerilor, acest curs va fi binevenit și foarte util.

Care au fost premisele și rațiunea elaborării cursului?

În Republica Moldova 1/3 din populație (4,3 mln. de locuitori) o constituie copiii și tinerii pînă la 18 ani. Această vîrstă reprezintă o perioadă de creștere și dezvoltare rapidă a corpului, minții și relațiilor sociale. Dacă tinerii și copiii sînt susținuți, ei reușesc să se afirme ca membri ai familiei și comunității, pot contribui prin resurse, energie, curiozitate și spirit la prosperitatea acestora.

La începutul secolului al XXI-lea, oportunitățile și potențialul unui număr semnificativ de copii și tineri din Moldova sînt compromise de condiții și deprinderi comportamentale ce subminează bunăstarea fizică și emoțională: sărăcia, subnutriția, abuzul de droguri și alcool, violența, sarcinile timpurii, HIV, infecții cu transmitere sexuală etc.

Tinerii din Moldova consideră că problemele stringente cu care se confruntă sînt legate de veniturile mici, majorarea prețurilor, șomajul și ocrotirea sănătății.

Rata **șomajului** printre tineri (18,3%) este de două ori mai mare decît pentru restul populației active. Moldova are una dintre cele mai înalte rate ale **migrației** externe din Europa și Asia Centrală (130 la 1 000) printre persoanele între 15-24 ani.



Nadejda VELIȘCO

Ministerul Educației, Tineretului și Sportului

90% din victimele **traficului de ființe umane**, originare din Moldova, mărturisesc că au fost abuzate în copilărie verbal sau fizic, iar jumătate dintre copiii și tinerii de la noi se confruntă adesea cu un **comportament abuziv** (verbal sau fizic) în familie și în societate.

Începînd cu anul 1992, numărul minorilor în **conflict cu legea** este în continuă creștere. Infracțiunile comise de către aceștia constituie aproximativ 10% din numărul total al infracțiunilor înregistrate. Peste 85% din tinerii implicați în crime erau **în afara școlii** și nu aveau un serviciu, iar fiecare al cincilea consumase băuturi alcoolice.

Tinerii se confruntă cu o mulțime de **riscuri pentru sănătate**:

- între 1989 și 1996 rata **infecțiilor cu transmitere sexuală** în Republica Moldova s-a mărit de 25 de ori;
- 21,3% din adolescenți (12-15 ani) nu știu cum te poți proteja de **HIV/SIDA**;
- fiecare al cincilea copil de vîrstă școlară **fumează** în mod sistematic;
- 52% din tinerii de 14-17 ani au încercat cel puțin o dată să consume **alcool**, iar 17% au avut probleme privind dependența de alcool;
- 1/3 din persoanele înregistrate care **consumă droguri** au 13-18 ani;
- analiza datelor prezentate în publicația anuală a Ministerului Sănătății „Sănătatea publică în Moldova, 2000” sugerează faptul că următoarea

generație va fi **aptă de muncă** în proporție de aproximativ 30%.

Care este scopul și obiectivele cursului în curricula școlară?

Scopul Educației pentru formarea deprinderilor de viață este de a le asigura copiilor și tinerilor un proces de dezvoltare personală, socială și de sănătate prin oferirea oportunităților de învățare pentru acumularea cunoștințelor, deprinderilor și atitudinilor care le va permite să ducă o viață sigură, sănătoasă și responsabilă ca persoane și membri ai societății.

Curricula „Deprinderi pentru viață” reflectă angajamentul și prioritățile Guvernului Republicii Moldova în domeniul sănătății, educației și dezvoltării tinerei generații.

Apariția Curriculumului școlar “Deprinderi pentru viață” a fost posibilă cu suportul financiar al Fondului Global pentru combaterea HIV/SIDA, TBC/ITS și malariei, al Băncii Mondiale, cu suportul tehnic al Reprezentanței UNICEF în Moldova și se înscrie în *Acordul de Grant* între Republica Moldova și Asociația Internațională pentru Dezvoltare, semnat la 11 iulie 2003, în baza *Memorandumului de colaborare* în vederea implementării Programului TB/SIDA/ITS în Moldova din 4 aprilie 2004 și a *Programului de acțiuni* pentru elaborarea și implementarea cursului “Deprinderi pentru viață” în sistemul educațional din țară.

Documentul a fost elaborat în baza Concepției “Educație pentru formarea deprinderilor de viață” (aprobat de Consiliul Ministerului Educației la 4 martie 2004) de către Grupul de Lucru al Ministerului Educației, cu implicarea și participarea unor instituții guvernamentale și nonguvernamentale, organizații internaționale cu responsabilități semnificative, cunoștințe și experiență în domeniul dezvoltării copiilor și tinerilor.

Disciplina “Deprinderi pentru viață” oferă în ansamblu, din perspectiva strategiei sale de realizare, dezvoltarea obligațiilor necesare vieții în cadrul unui curriculum **obligatoriu** pentru preșcolari (5-7 ani) și clasele I-XII.

Procesul de elaborare a curriculumului “Deprinderi pentru viață” s-a axat pe patru repere fundamentale:

- **dinamica, necesitățile actuale și finalitățile** de perspectivă ale sistemului educațional din Moldova, generate de evoluția societății;
- **tendențele și criteriile** internaționale general acceptate în domeniul curricular;
- **ritmul** diversificării/dezvoltării permanente a domeniilor cunoașterii și nevoii de educație;
- **exigențele** formării personalității într-o lume mereu în schimbare.

Curriculumul “Deprinderi pentru viață” este unul holistic, ce abordează copilul/tinărul sub aspectul **dezvoltării lui personale, interpersonale, sociale/civice și pentru sănătate**. Realizarea lui se va axa pe

satisfacerea necesităților, intereselor, aspirațiilor, caracteristice diverselor cicluri de vîrstă, pornind de la nivelurile și ritmul individual de creștere și dezvoltare a *fiecărui individ în parte*. La fel, vor fi luate în considerație situațiile/contextele socioeconomice și culturale de evoluție a acestora.

Specificul activităților la orele de “Deprinderi pentru viață” revendică o creativitate și o flexibilitate mai vădită decît la alte discipline școlare. Iată de ce **sistemul de obiective** – atît cele generale cît și cele de referință – al prezentului Curriculum reprezintă, mai curînd, niște repere teleologice pentru activitatea profesorului, solicitîndu-i să-și racordeze demersul didactic mai mult la conceptul educațional preconizat, la specificul și particularitățile de vîrstă și individuale ale discipolilor, la natura influențelor (economice, socio-culturale etc.) decît la obiectivele propriu-zise, concrete, luate aparte.

Întru facilitarea înțelegerii de către profesor a Curriculumului și realizării la nivelul exigențelor pentru fiecare domeniu de intervenție/dezvoltare au fost stabilite elementele-cheie (subdomenii), în conformitate cu care s-au structurat obiectivele de referință, activitățile de învățare și conținuturile educaționale:

1. Dezvoltarea personală:
 - Conștiința de sine și respectul de sine
 - Sănătatea emoțională și bunăstarea
 - Soluționarea creativă a problemelor și luarea deciziilor.
2. Dezvoltarea interpersonală:
 - Comunicarea și soluționarea de conflicte
 - Relații interpersonale, inclusiv gender.
3. Dezvoltarea socială:
 - Drepturi și responsabilități
 - Participare și cetățenie activă.
4. Dezvoltare pentru sănătate:
 - Promovarea unui mod de viață sănătos și sigur
 - Sănătatea și dezvoltarea sexuală, inclusiv prevenirea HIV/SIDA și ITS
 - Prevenirea consumului de substanțe psihotrope.

Ce s-a realizat și cînd va avea loc implementarea acestui curs?

Pînă în prezent au fost aprobate Concepția și Curricula „Deprinderi pentru viață” (iunie 2004), a fost finalizat concursul de elaborare a materialelor didactice: manualul elevului și ghidul profesorului.

În perioada aprilie-mai a demarat procesul de formare a cadrelor didactice care vor preda acest curs (3100 de profesori), la modulul „Implementarea curriculei „Deprinderi pentru viață”. A doua etapă va avea loc în iulie-august, la modulul „Aplicarea materialelor didactice la cursul „Deprinderi pentru viață”.

Disciplina „Deprinderi pentru viață” este introdusă în planul cadru de învățămînt pentru anul școlar 2005-2006.



Victor **ZEPCA**

Institutul de Științe ale Educației

Evaluarea comportamentului cu risc pentru sănătate la elevii cl. V-XII

I. CONSUMUL DE TUTUN

Adolescenții se confruntă cu o mulțime de riscuri pentru sănătate, unul din ele fiind fumatul care, asociat cu alți factori sau independent, stă la baza apariției diferitelor maladii. Un număr semnificativ de elevi din Republica Moldova sînt consumatori de tutun, fenomen ce generează probleme legate de sănătatea și educația copiilor.

Printre obiectivele majore ale școlii se înscrie promovarea sănătății elevului prin formarea unui stil de viață sănătos, dezvoltarea personală, prevenirea accidentelor și a comportamentelor cu risc pentru sănătate. Combaterea eficace a acestora impune cunoașterea frecvenței și motivației lor.

Evaluarea consumului de tutun de către elevi am efectuat-o, utilizînd chestionarul YRBSS, după metodologia elaborată de I. Mireștean (ISP Cluj-Napoca). Chestionarul (două variante după vîrstă: clasele V-VIII și IX-XII) a fost aplicat pe un lot de elevi din 12 licee și școli de cultură generală din 4 raioane și din municipiul Chișinău. În total, au fost supuși chestionării 2034 de elevi (1122 de fete și 912 băieți).

Analiza epidemiologică a comportamentelor cu risc pentru sănătate la elevi, în particular consumul de tutun, a fost realizată în raport cu vîrsta (clasa) și sexul subiecților, extinderea și frecvența practicării fumatului.

Datele anchetării (clasele V-XII) ne arată că au încercat să fumeze 45,7% fete și 64,0% băieți, în clasele V-VIII – 1/4 din fete și 1/2 din băieți. Cota elevilor din clasele liceale, care au trecut prin această experiență, este mult mai mare: 70,6% fete și 81,3% băieți (Figura 1).

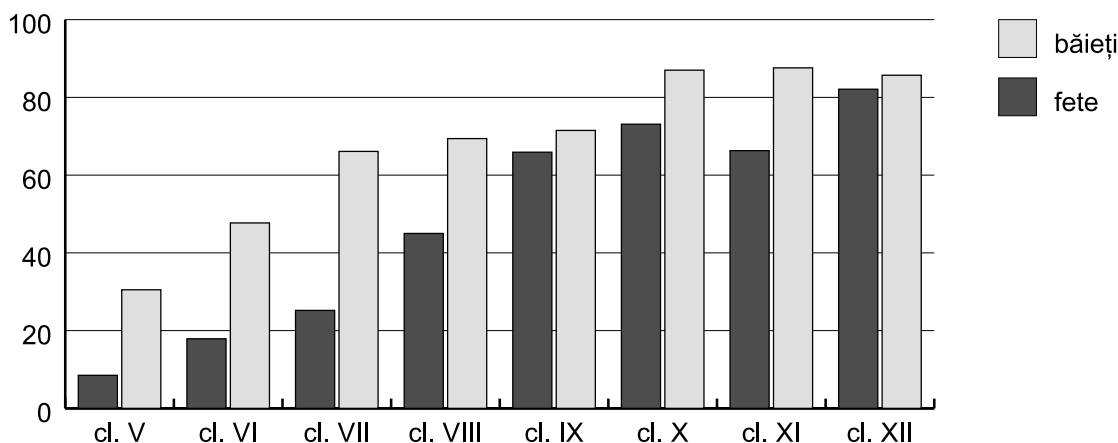


Figura 1. Răspunsul elevilor la întrebarea: “Ai încercat vreodată să fumezi?” (% din numărul total al celor supuși anchetării).

Observăm deci un număr sporit de liceene aflate la prima tentativă de a fuma.

15,9% fete și 25,4% băieți au afirmat că au fumat regulat, adică cel puțin o țigară zilnic, în ultimele 30 de zile. Dacă în clasele V-VIII declară că au fumat regulat 6,6% fete și 11,7% băieți, apoi în clasele IX-XII cifra lor se majorează de 4 ori, constituind 26,2% și, respectiv, 45,1% (Figura 2).

Vîrsta la care au început să fumeze în mod regulat, cel puțin o țigară zilnic, timp de o lună, este pentru 2/3 din fete – 13-16 ani, iar pentru 2/3 din băieți – 11-13 ani. Peste 1/3 din fete au fumat numai 1-2 zile în această perioadă, iar 1/3 a fumat 20-30 de zile. În ultimele 30 de zile ce au precedat anchetării, declară că au fumat la școală 2,2% fete și 7,1% băieți din clasele V-VIII și 16,5% fete și 33,7% băieți din clasele de liceu (Figura 3).

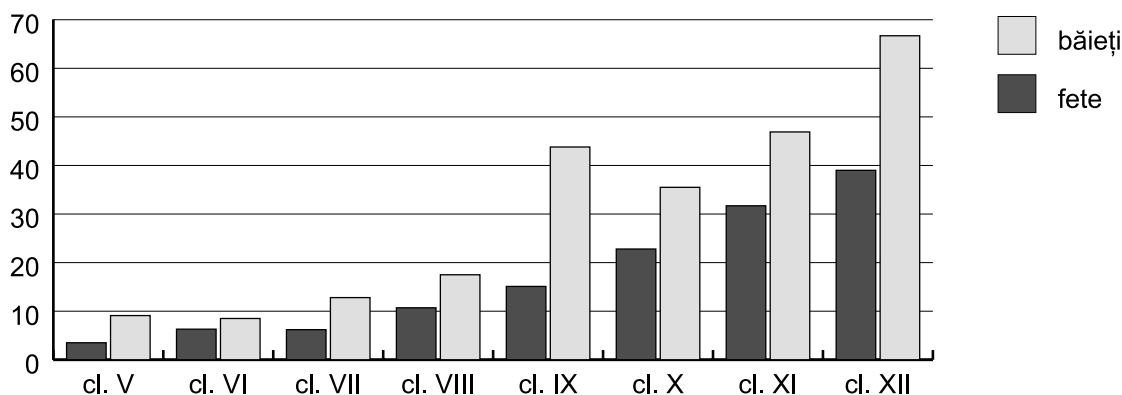


Figura 2. Răspunsul elevilor la întrebarea: "Ai fumat vreodată în mod regulat, adică cel puțin o țigară zilnic, timp de 30 de zile?" (% din numărul total al celor supuși anchetării).

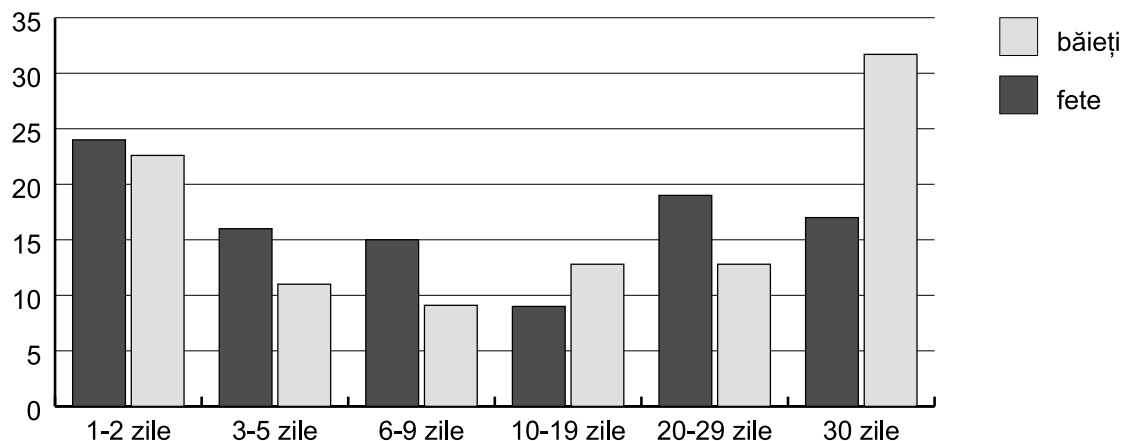


Figura 3. Răspunsul elevilor la întrebarea: "În ultimele 30 de zile, în câte zile ai fumat la școală?" (% din numărul celor ce au declarat că au fumat).

Au avut probleme cu fumatul 19,9% fete și 34,3% băieți din clasele IX-XII, care afirmă că din acest motiv în ultimele 6 luni au încercat să renunțe la țigări.

Concluzii:

- Avem un număr foarte mare de elevi care au declarat că au încercat să fumeze vreodată.
- 28,3% fete și 45,5% băieți, avînd o vîrstă destul de mică atunci cînd au început această experiență (11 ani pentru băieți și 13 pentru fete), susțin că fumează în mod regulat.

Recomandări:

1. Este stringentă necesitatea unor acțiuni și mijloace moderne, accesibile și cu impact sesizabil pentru formarea la elevi a unui comportament sanogen, a intoleranței față de fumat. Din acest motiv, este binevenită introducerea în școli, la toate nivelurile, a disciplinei "Deprinderi pentru viață".
2. Activitatea de educare a unui mod sănătos de viață la copii, cu accent pe combaterea comportamentului cu risc pentru sănătate – consumul de tutun, se impune a fi efectuată începînd cu vîrsta preșcolară.

II. CONSUMUL DE DROGURI

O problemă alarmantă pentru sănătatea publică o constituie consumul de droguri și de alte substanțe psihotrope. Pe parcursul anului 2003, au fost depistați 1297 de bolnavi de narcomanie, în total fiind la evidență medicală 6279 de persoane. Analiza structurii pe grupe de vîrstă a demonstrat că ponderea persoanelor tinere (pînă la 18 ani) afectate de narcomanie este înaltă – 4,2%.

Investigațiile au scos în evidență condițiile ce favorizează întrebuițarea drogurilor de către minori, printre care:

- Interesul scăzut al organelor specializate pentru protejarea și educarea copilului;
- Moralitatea scăzută a unor categorii de părinți obsedați de consumul abuziv de alcool, droguri, stupefiante;
- Folosirea actelor de violență de către părinți în educația copiilor;

- Majorarea numărului divorțurilor care, în mare măsură, favorizează comportamentul infracțional al minorilor;
- Plecarea părinților la muncă peste hotare, copiii rămânând fără supraveghere atât din partea acestora cât și a organelor de tutelă și curatelă;
- Dorința adolescenților de a se manifesta în fața prietenilor și colegilor, cauzată de influența negativă a persoanelor mature ș.a.

Frecvența consumului de droguri a fost studiată utilizând același chestionar YRBSS aplicat pe un lot de 906 elevi din clasele IX-XII (531 fete și 375 băieți).

Au declarat că au trecut prin experiența consumului de droguri 6,9% din toți elevii supuși anchetării: 4,1% fete și 10,7% băieți. În majoritatea cazurilor consumul a fost ocazional (1-2 ori) – 54,5% fete și 40,0% băieți (Figura 4). Relativ mare însă este ponderea elevilor care, pe parcursul mai multor ani, s-au drogat de zeci de ori, ceea ce poate presupune formarea sau prezența dependenței față de droguri la o mare parte dintre ei.

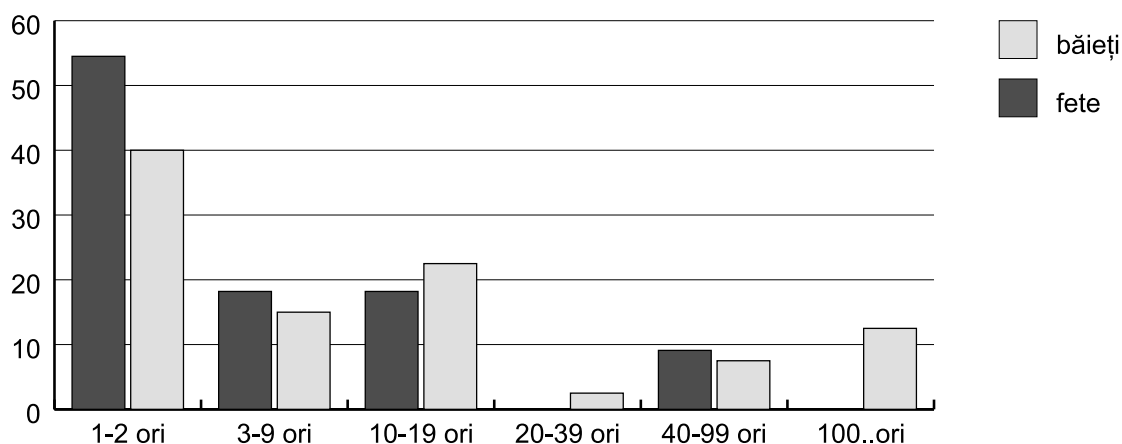


Figura 4. Frecvența consumului de droguri de către elevii claselor IX-XII (% din cei ce au recunoscut această experiență).

Vârsta la care fetele au folosit droguri pentru prima dată este de 15-16 ani, 1/4 din ele indicând o vârstă mai mică – 13-14 ani. Majoritatea băieților declară că au trecut prin această experiență pentru prima dată la 13-16 ani, iar 1/4 din ei – la o vârstă și mai mică.

Consumul de droguri în instituțiile de învățământ este confirmat de 4,1% elevi. Este alarmant faptul că 7,6% fete și 8,7% băieți declară că în ultimele 12 luni li s-au oferit/vândut droguri la școală.

Concluzii:

1. Experiența consumului de droguri a fost recunoscută de 6,9% elevi ai claselor de liceu, cifra obținută în cadrul investigației noastre fiind de două ori mai mare în comparație cu datele altor autori (2).
2. Vârsta primului consum de droguri este de 15-16 ani la majoritatea fetelor și 13-16 ani – la băieți.
3. Consumul de droguri în instituțiile de învățământ este destul de răspândit, școala devenind un punct de realizare a acestor substanțe în rândul elevilor.

Recomandări:

Tactica de profilaxie inițială asupra persoanelor grupului de risc (3):

- eliminarea atracției create de droguri;
- nepermiterea persoanei care încearcă să folosească droguri de a trece la un consum permanent;
- lichidarea manifestărilor negative apărute la persoana în cauză;
- blocarea influenței negative din partea celor din anturajul persoanei respective.

III. CONSUMUL DE BĂTURI ALCOOLICE

Numeroase cercetări științifice au demonstrat impactul alcoolului asupra mortalității generale, apariției afecțiunilor hepatice, digestive, respiratorii, vasculare și ale sistemului nervos, accidentelor rutiere, morții violente. Alte studii atenționează asupra cazurilor de violență în familie, precum și a celor de suicid. Potrivit datelor statistice din ianuarie 2004, în instituțiile narcologice din republică se aflau la evidență 47678 bolnavi de alcoolism cronic, 347 bolnavi de psihoze alcoolice și 3688 de pacienți în evidență preventivă (1).

Actualmente, la evidența organelor de poliție se află 38246 de persoane care fac abuz de alcool, iar pentru contravenții ce țin de consumarea băuturilor spirtoase au fost reținute, pe parcursul anului 2003, circa 136566 de persoane. În acest

context, menționăm că în majoritatea cazurilor de săvârșire a infracțiunilor grave și deosebit de grave în familie, drept catalizator servește alcoolul – un produs ieftin și accesibil. Alcoolismul a prins rădăcini adânci în societate și pune în pericol nu numai viața consumatorilor, dar și a copiilor acestora. O problemă și mai acută constă în numărul mare de infracțiuni comise de minori în stare de ebrietate: în 2001 – 57, 2002 – 201, 2003 – 107 (8).

Consumul frecvent și abuziv de băuturi spirtoase la vîrstă precoce poate duce la dezvoltarea alcoolismului, la adolescenți și tineri acesta formîndu-se în mediu timp de 3-4 ani, de trei ori mai repede decît la maturi.

Necesitatea studierii consumului de băuturi alcoolice în rîndul elevilor se impune din motivul constatării situației și elaborării unui program de combatere a acestui comportament nesanogen.

Chestionarul a fost aplicat pe un lot de elevi din clasele V-XII din 12 licee și școli de cultură generală. În total, au fost supuși investigației 2029 de elevi (1121 de fete și 908 băieți).

Rezultatele anchetării ne arată că n-au trecut prin această experiență 27,6% din respondenți. Cota celor care neagă consumul de alcool scade de la clasa V-a spre clasele mari (52,8% fete și 42,3% băieți în clasa V și, respectiv, 5,9% și 7,1% în clasa XII).

Un consum ocazional de alcool (timp de 1-9 zile) se atestă în rîndul a 50,0% fete și 52,6% băieți, numărul celor care au consumat băuturi alcoolice pentru prima dată pînă la vîrsta de 11 ani fiind destul de mare: 13,1% fete și 20,0% băieți.

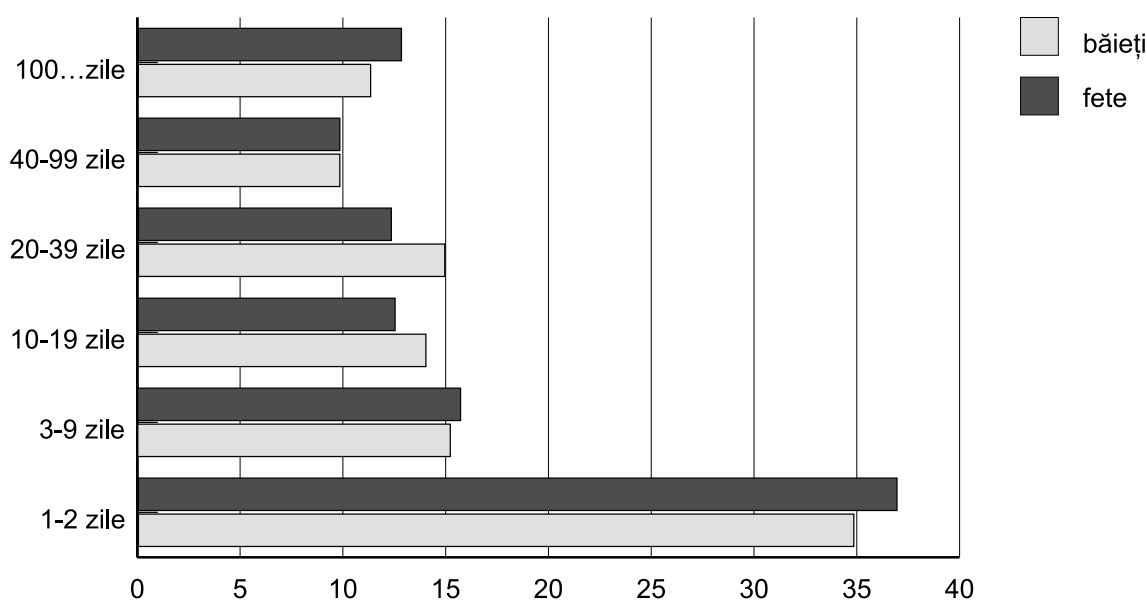


Figura 5. Frecvența consumului de băuturi alcoolice la elevii claselor V-XII (răspunsul în % al celor ce au declarat consumul de alcool).

Consumul de băuturi alcoolice la școală este răspîndit în rîndul elevilor, marea majoritate însă făcînd-o ocazional. La întrebarea: “În ultimele 30 de zile, în cîte zile ai băut mai multe ore în șir?” au răspuns afirmativ 25,3% fete și 34,8% băieți din clasele de liceu. Mai mult de jumătate dintre ei au consumat băuturi alcoolice o singură zi, 1/4 – timp de două zile și 1/4 – mai multe zile (Figura 5).

Concluzii:

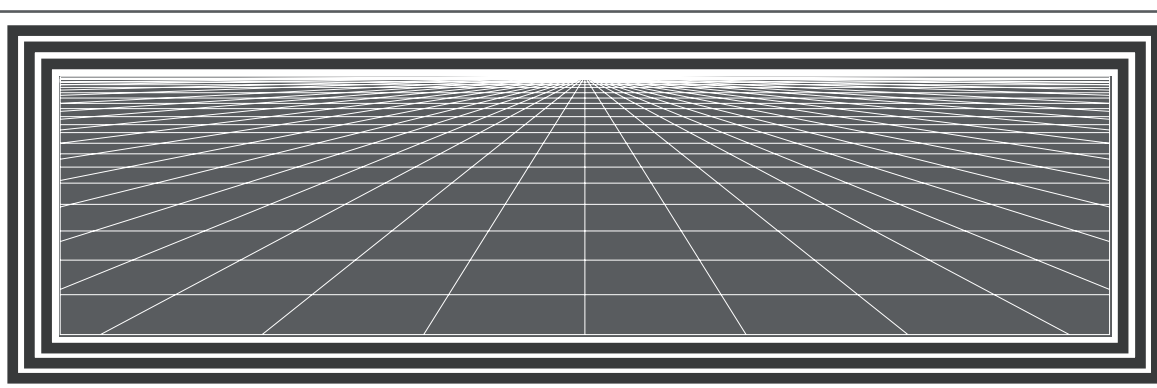
1. Au trecut prin experiența consumului de băuturi alcoolice 60,8% fete și 74,3% băieți.
2. Vîrsta la care au băut pentru prima dată alcool (mai mult de cîteva înghițituri) este de 11-14 ani pentru jumătate dintre băieții chestionați și de 13-16 ani pentru fete.
3. Consumul abuziv de băuturi alcoolice (mai multe ore în șir) pe parcursul unei luni este recunoscut de 25,3% fete și 34,8% băieți.

Măsurile de educație pentru sănătate și promovare a modului sănătos de viață includ cunoașterea de către copii și adolescenți a factorilor de risc și apariției toleranței față de alcool, a consecințelor nocive ale acestuia.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. Arapu, V., *Percepția modului sănătos de viață*. Materialele congresului V al igieniștilor, epidemiologilor și microbiologilor din Republica Moldova, V. 3, Chișinău, 26-27 septembrie 2003.

2. Calmîc, V.; Eţco, C.; Magdei, M., și al. *Informarea elevilor în problemele profilaxiei bolilor cu transmitere sexuală și narcomaniei*. Materialele congresului V al igieniștilor, epidemiologilor și microbiologilor din Republica Moldova, V. 3, Chișinău, 26-27 septembrie 2003.
3. Condrat, R.; Cocier, V., *Unele aspecte privind narcotismul în rîndul minorilor și prevenirea acestui fenomen de către organele afacerilor interne. Probleme de prevenire și combatere a delicvenței juvenile, traficului de ființe umane și migrațiunii ilegale*. Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 23-24 aprilie 2004, Chișinău, 2004.
4. Eţco, C.; Calmîc, V.; Magdei, M.; Chișlaru, L.; Oglindă S., Prisăcari, V., Silistrari, N., *Informarea romilor despre principiile modului sănătos de viață*. Materialele congresului V al igieniștilor, epidemiologilor și microbiologilor din Republica Moldova, Chișinău, 26-27 septembrie, 2003.
5. Gladchi, Gh., *Victimizarea în familie – determinanta traficului de ființe umane și a criminalității juvenile. Probleme de prevenire și combatere a delicvenței juvenile, traficului de ființe umane și migrațiunii ilegale*. Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 23-24 aprilie 2004, Chișinău, 2004.
6. Martînov, A., *Probleme de prevenire și combatere a narcomaniei. Probleme de prevenire și combatere a delicvenței juvenile, traficului de ființe umane și migrațiunii ilegale*. Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 23-24 aprilie 2004, Chișinău, 2004.
7. Mireștean, I.; Irimie, S.; Pop, V., *Factori predictori în epidemiologia comportamentală la adolescenți. Factorii de risc din mediul de viață în relație cu sănătatea populației*, Iași, 1999.
8. Plop, P., *Privire generală asupra personalității infractorului minor. Probleme de prevenire și combatere a delicvenței juvenile, traficului de ființe umane și migrațiunii ilegale*. Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 23-24 aprilie 2004, Chișinău, 2004.
9. *Sănătatea publică în Moldova*, Chișinău, 2004.



Vasile COJOCARU

Universitatea Pedagogică de Stat "I. Creangă"

Diverse cercetări au confirmat faptul că stilul managerial depinde, în măsură considerabilă, de caracterul, temperamentul și aptitudinile persoanei care se află la conducere, acestea, la rândul lor, influențând comportamentul managerial. Pornind de la rolul și importanța respectivei interdependențe în procesul de conducere a instituției educaționale, ne-am propus să efectuăm o investigație cu participarea directorilor de școli într-o stabilă predispoziție și calitățile psihologice necesare pentru a conduce, conturând profilul psihomoral și căile de îmbunătățire a stilului de conducere. În vederea realizării acestui scop, am aplicat metodologia analizei stilului managerial în funcție de natura persoanei (caracter, temperament, aptitudini), expusă în sisteme de matrice cuantificate, elaborată de I. Moraru, pe care am adaptat-o la investigarea efectuată, studiind minuțios matricele caracterial-stilistică, temperamental-stilistică, aptitudinal-stilistică ale managerilor școlari. Ne vom referi în continuare la structura matricei cuantificate caracterial-stilistice a managerului.

Caracterul, definit drept o constelație de atitudini, norme, acte de conduită, fenomene cognitive, afective și volitive, integrate într-un sistem complex, formează esența valorică a persoanei [1, p. 31]. Conținutul caracterului se exprimă într-o multitudine de trăsături, dintre care mai însemnate sînt [1, p. 32-33]: **1. Orientarea caracterului** – capacitatea persoanei de a selecta influențele externe naturale și culturale după criteriile moral-

Stilul managerial și trăsăturile de caracter

This study reflects the interdependence between the administrative style of educational manager and his character peculiarities, correlation which has not to be identify, but it must be taken into consideration in terms of choosing a managerial career and training.

valorice și de a răspunde la ele prin reacții atitudinal-comportamentale adecvate; **2. Bogăția** – multitudinea, varietatea și complexitatea atitudinilor, valorilor, normelor care au devenit elemente perene ale persoanei; **3. Stăpînirea de sine** – capacitatea de a domina impulsurile; **4. Consistența** – concordanța între idei, atitudine, vorbă și faptă; **5. Generozitatea** – sensibilitatea față de nevoile altora; **6. Puterea** – capacitatea persoanei de a domina împrejurările și de a se domina pe sine; **7. Suplețea** (dinamica) – deschiderea către valori, transformarea lor în acte de comportament; **8. Disciplina** – încadrarea persoanei într-un set de norme respectate; **9. Optimismul** – încrederea în sine, în ceilalți și în viață.

Trăsăturile de caracter au fost grupate cîte trei, astfel ca să se armonizeze mai mult și să nu se contrazică, fiind combinate ulterior în variante pentru fiecare din cele trei liste. Ele au fost cuantificate după valoarea, ponderea lor caracterială în felul următor: gr. I – orientarea caracterului a fost notată cu cifra 3, bogăția – cu 2, stăpînirea de sine – cu 1; gr. II – consistența – cu 3, generozitatea – cu 2, puterea cu 1; gr. III – suplețea – cu 3, disciplina – cu 2, optimismul – cu 1. Pe verticala matricei sînt aranjate structurile caracteriale în număr de 8 pentru fiecare din cele 3 liste cu indicarea valorii operaționale exprimate de la 6 la 0. Pe orizontală sînt aranjate funcțiile conducerii. Semnul + sau – indică prezența sau lipsa unei anumite trăsături de caracter. Persoana cu cea mai mare valoare operațională a structurilor caracteriale este cea mai indicată, din punct de vedere caracterial, pentru conducere.

Directorilor de instituții școlare din toate unitățile administrativ-teritoriale ale republicii (circa 400 de persoane) li s-a propus să-și identifice structura caracterială, selectând varianta care îi caracterizează mai mult. Rezultatele se prezintă în tabele cu indicarea valorii experimentale a structurii caracteriale obținute în cadrul investigației.

Analizând structura matricei cuantificate caracterial-stilistice a managerului în baza tabelelor 1-3 (*adaptare, I. Moraru, 1, p. 41-45*), tragem următoarele concluzii.

Structura matricei prezentată în Tabelul 1 denotă că la 155 de directori (40,6%) din 381 le sînt proprii trăsăturile specifice de caracter cu cea mai mare valoare operațională (6) din grupul I – **orientat, bogat, stăpînit**, ceea ce presupune că respectivele persoane sînt cele mai indicate pentru conducere. Acești directori posedă criterii moral-valorice certe față de indicii: prevedere, decizie, organizare. Stăpînirea de sine le permite să ia decizii cumpătate, să coordoneze activitatea în vederea îndeplinirii sarcinilor în contextul unui climat deschis și favorabil, al unor relații umane ce facilitează satisfacția în activitate.

La calitățile specificate în punctul 5 s-au referit 109

directori (28%), lor fiindu-le caracteristice trăsăturile **orientat, bogat, lipsit de stăpînire**. Ei posedă criterii moral-valorice certe, manifestă atitudini și norme adecvate, ceea ce le permite a prevedea mersul lucrurilor în instituția școlară, a organiza eficient conducerea, a coordona și controla activitatea managerială. Totodată, lipsa de stăpînire de sine influențează adesea negativ asupra procesului de luare a deciziilor, provoacă dezechilibru, conflicte, tensiuni în colectiv. Dorind să realizeze sarcinile la un nivel înalt cu orice preț, nu rareori neglijează relațiile interpersonale, sînt impulsivi, nerăbdători cu angajații.

Următorul grup de persoane, după ponderea valorică în structura caracterială, punctul 2, este constituit din 69 de directori sau 18% din numărul total de participanți la investigație. Acestor directori, cu o orientare clară și stăpînire de sine în condițiile lipsei unei game de valori și atitudini corespunzătoare, le este dificil să prevadă dezvoltarea organizațională în deplină măsură și adecvat, deciziile luate de ei deseori nu reflectă complexitatea situației, diversificarea căilor de dezvoltare, conducerea operațională se efectuează în limitele normativ-valorice prestabilite. „Sărăcia” valorilor face dificilă adaptarea la schimbare.

Tabelul 1.

Nr.	Structura caracterială	Semnul	Valoarea operațională relativă	Valoarea experimentală (%)	Expresia structurii caracteriale în stilul de conducere					
					Prevedere	Decizie	Organizare	Comandă	Coordonare	Control
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Orientat, Bogat, Stăpînit	+	6	40,6	+	+	+	+	+	+
2.	Orientat, Sărac, Stăpînit	+	4	18	+	+	+	+	+	+
3.	Lipsit de orientare, Bogat, Stăpînit	-	3	10	-	-	-	-	-	-
4.	Lipsit de orientare, Sărac, Stăpînit	+	1	1	-	-	-	-	-	-
5.	Orientat, Bogat, Lipsit de stăpînire	+	5	28	+	+	+	+	+	+
6.	Orientat, Sărac, Lipsit de stăpînire	-	3	1	+	+	+	+	+	+
7.	Lipsit de orientare, Bogat, Lipsit de stăpînire	-	2	1	-	-	-	-	-	-

8.	Lipsit de orientare, Sărac, Lipsit de stăpînire	- - -	0	-	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -
----	---	-------------	---	---	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------

Valoarea orientării = 3

Valoarea bogăției = 2

Valoarea stăpînirii de sine = 1

Tabelul 2.

Nr.	Structura caracterială	Semnul	Valoarea operațională relativă	Valoarea experimentală (%)	Expresia structurii caracteriale în stilul de conducere					
					Prevedere	Decizie	Organizare	Comandă	Coordonare	Control
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Consistent, Generos, Puternic	+ + +	6	44,5	+ + +	+ + +	+ + +	+ + +	+ + +	+ + +
2.	Consistent, Lipsit de generozitate, Puternic	+ - +	4	12,4	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +
3.	Lipsit de consistență, Generos, Puternic	- + +	3	10	- + +	- + +	- + +	- + +	- + +	- + +
4.	Lipsit de consistență, Lipsit de generozitate, Puternic	- - +	1	0,5	- - +	- - +	- - +	- - +	- - +	- - +
5.	Consistent, Generos, Lipsit de putere	+ + -	5	30,8	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -
6.	Consistent, Lipsit de generozitate, Lipsit de putere	+ - -	3	1,2	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -
7.	Lipsit de consistență, Generos, Lipsit de putere	- + -	2	1	- + -	- + -	- + -	- + -	- + -	- + -
8.	Lipsit de consistență, Lipsit de generozitate, Lipsit de putere	- - -	0	-	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -

Valoarea consistenței = 3

Valoarea generozității = 2

Valoarea puterii = 1

Tabelul 3.

Nr.	Structura caracterială	Semnul	Valoarea operațională relativă	Valoarea experimentală (%)	Expresia structurii caracteriale în stilul de conducere					
					Prevedere	Decizie	Organizare	Comandă	Coordonare	Control
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	Suplu, Disciplinat,	+ +	6	39	+ +	+ +	+ +	+ +	+ +	+ +

	Optimist	+			+	+	+	+	+	+
2.	Suplu, Lipsit de disciplină, Optimist	+ - +	4	13	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +	+ - +
3.	Lipsit de suplețe, Disciplinat, Optimist	- + +	3	22,9	- + +	- + +	- + +	- + +	- + +	- + +
4.	Lipsit de suplețe, Lipsit de disciplină, Optimist	- - +	1	0,5	- - +	- - +	- - +	- - +	- - +	- - +
5.	Suplu, Disciplinat, Lipsit de optimism	+ + -	5	23	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -	+ + -
6.	Suplu, Lipsit de disciplină, Lipsit de optimism	+ - -	3	1	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -	+ - -
7.	Lipsit de suplețe, Disciplinat, Lipsit de optimism	- + -	2	-	- + -	- + -	- + -	- + -	- + -	- + -
8.	Lipsit de suplețe, Lipsit de disciplină, Lipsit de optimism	- - -	0	-	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -	- - -

Valoarea supleței = 3 Valoarea disciplinei = 2 Valoarea optimismului = 1

Grupul următor în ordinea descreșterii valorilor operaționale (3) este alcătuit din 39 (10%) directori de școală. Bogăția și stăpînirea de sine în cazul lipsei de orientare le permit acestora să asigure activitatea organizației în regim de funcționare, să creeze în colectiv o atmosferă calmă, de echilibru. Deciziile le iau, de regulă, în bază normativă. Funcțiile de organizare, conducere, coordonare și control se realizează în limitele normative posibile. Astfel, se acționează mai mult conform formulelor „văzînd și făcînd”, „aici și acum”. Lipsa de orientare influențează negativ prevederea, proiectarea și planificarea pe termen mediu și lung. Neadekvarea activității manageriale la mediu provoacă stagnare, chiar dacă, după caz, se iau măsuri corespunzătoare prompte. Persoanele cu astfel de trăsături specifice caracteriale acceptă cu greu schimbarea, nu dispun de suficiente capacități manageriale de previziune, de anticipare a lucrurilor, de adaptare, nu își asumă riscuri.

Este remarcabil faptul că directorii de unități școlare nu și-au exprimat adeviziunea la celelalte grupuri de structură caracterială cu o valoare operațională neînsemnată (2, 1, 0). Evident, aceste structuri caracteriale ale grupurilor (lipsit de orientare, sărac, stăpînînd; lipsit de orientare, bogat, lipsit de stăpînire; lipsit de orientare, sărac, lipsit de stăpînire) nu trebuie să fie caracteristice persoanelor cu funcții de conducere, îndeosebi în învățămînt.

Examinarea rezultatelor prezentate în Tabelul 2 privind materia cuantificată caracterial-stilistic a managerului denotă că 176 de directori sau 44,5% din numărul

participanților la sondaj, au ales structura caracterială din grupul I, ce întrunește trăsăturile specifice caracteriale, valoarea operațională maximă a structurii fiind 6. Numărul persoanelor aderente la trăsăturile specifice caracteriale **consistent, generos, puternic** corelează cu grupul de trăsături specifice caracteriale din lista nr. 1. Este evident că doar persoanele cu orientare caracterială clară, ce denotă stăpînire de sine sînt, de obicei, generoase și puternice. Consistența în procesul de conducere reprezintă o componentă esențială. Persoanele consistente sînt oneste, integre, lor le este caracteristică unitatea dintre cuvînt și faptă, sporesc încrederea, contribuie la atingerea unor idealuri mărețe, traduc în fapt cu perseverență cele proiectate/preconizate printr-o bună organizare și coordonare a acțiunilor de control și evaluare.

Consistența managerului, conjugată cu generozitatea și, îndeosebi, cu puterea, capacitatea lui de a domina împrejurările, de a se stăpîni, persistența și fermitatea sînt condiții indispensabile în realizarea cu succes a scopurilor propuse. Persoanele cu astfel de trăsături, prin realizările lor, provoacă schimbarea și însuflă credibilitate.

Generozitatea, exprimată prin înclinația atitudinal-comportamentală altruistă a persoanei, ajutorul nepărtinitor, dezinteresat este o componentă caracterială firească și proprie tuturor cadrelor didactice, inclusiv celor cu funcții de conducere. În sondajul efectuat de noi nu s-au înregistrat devieri de la această cerință/normă profesională.

Puțin altfel stau lucrurile referitor la trăsătura specifică – **puterea**, ce denotă insistență, fermitate în

realizarea scopurilor. În cadrul studiului nostru, 122 de directori, sau 38,8% din numărul participanților la sondaj (395), au ales punctul 5 al listei nr. 2, în care au fost incluse trăsăturile specifice caracteriale **consistență, generozitate și lipsă de putere**, valoarea operațională relativă a structurii fiind 5. Lipsa de fermitate, de persistență în structura caracterială a managerului se răsfrînge negativ asupra îndeplinirii celor proiectate/preconizate, luării deciziei, coordonării activității în procesul de conducere. Această situație, în cazuri aparte, conduce la libertinism, permisivitate, care pun sub semnul îndoielii realizarea sarcinilor trasate. În opinia noastră, un număr mare de persoane au acceptat această structură caracterială din cauză că au confundat opțiunea dată cu puterea de decizie care, după cum se știe, într-un sistem încă destul de centralizat este ne semnificativă pentru directorii de unități școlare. În aceste împrejurări directorul mai mult administrează decît conduce, este preponderent executor și mai puțin în rolul de conducător. Evident, în condițiile de descentralizare, de promovare a unei autonomii școlare în contextul noilor orientări, directorul de școală va fi impus să acționeze în calitate de manager, asumîndu-și obligațiile și răspunderea deplină în realizarea misiunii școlii într-o perioadă de schimbare.

Celelalte variante ale structurii caracteriale din Tabelul 2, în ordinea descrescătoare a valorii operaționale a structurii, nu sînt importante, fiindcă ponderea lor este mică (12% – 0). Totuși, ele nu trebuie neglijate, deoarece în învățămînt lipsa de generozitate, de consistență nu sînt admisibile în orice formă și indiferent de grad.

Analiza rezultatelor din Tabelul nr. 3 denotă că 39% din directorii de unități școlare și-au exprimat adeziunea la grupul de trăsături specifice cu valoarea operațională relativă a structurii 6 – suplu, disciplinat, optimist; 23% – la grupul de trăsături specifice: suplu, disciplinat, lipsit de optimism; 22,9% – la grupul de trăsături specifice caracteriale: lipsit de suplețe, disciplinat, optimist, iar 13% – la grupul de trăsături specifice: suplu, lipsit de disciplină, optimist. Celelalte variante sînt ne semnificative în valoare absolută. Lipsa de optimism în structura caracterială s-a înregistrat la un număr relativ mare de directori (22,9%), fapt ce sugerează că ei nu au încredere în sine, în ceilalți, în viață, ceea ce are un impact negativ asupra conducerii unității școlare. Probabil, alegerea acestui grup de trăsături specifice le-a fost influențată de greutatea cu care se confruntă. Oricum, procesul de conducere depinde în măsură considerabilă

de încrederea în sine, în viitor, în realizarea sarcinilor organizației.

Concluziile trase din rezultatele investigației cu privire la profilul psiho-socio-profesional al managerului în educație stau la baza următoarelor teze:

- Profilul psiho-socio-profesional al managerului în educație trebuie examinat din perspectiva teoriilor trăsăturilor de personalitate, teoriilor stilului de conducere, teoriei contingenței. Diversele metode de investigare a profilului psiho-socio-profesional al managerului în educație demonstrează prezența la directorii de unități școlare a unei viziuni realiste despre trăsăturile lor de caracter.
- Trăsăturile, calitățile psihice și stilul managerial se află într-o dependență biunivocă: caracterul se referă la dimensiunea valorică social-umană a stilului managerial, care poate fi îmbunătățit prin restructurare, punînd accent pe laturile pozitive ale caracterului, modificare posibil de realizat și în cadrul programelor de formare managerială.
- Corelarea stilului de conducere cu trăsăturile de personalitate, caracterul persoanei „nu trebuie interpretate ca identitate”. „În realitate se întîlnesc și cazuri cînd persoane ce dispun de caractere asemănătoare manifestă stiluri diferite sau oameni cu o identitate de stiluri au caractere diferite” [2, p. 97].

REFERINȚE BIBLIOGRAFICE:

1. Moraru, I., *Introducere în psihologia managerială*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1995.
2. Zlate, M., *Leadership și Management*, Editura Polirom, Iași, 2004.
3. Cojocaru, Vasile Gh., *Schimbarea în educație și Schimbarea managerială*, Editura Lumina, Chișinău, 2004.
4. Патрашкx Д., Мухамед Джараид Мустафа Аль-Ханакта, *Педагогический менеджмент. Исследование организационно-педагогической деятельности руководителя школы*, Кишинэу, 2000.

Recenziți:

Nicolae BUCUN,
dr. habilitat în psihologie, prof. univ.
Carolina PLATON,
dr. habilitat în pedagogie

Către cei care vor utiliza cu interes această carte



Inițial, acest proiect nu avea ambiția de a depăși limitele unei culegeri, ample dar și reprezentative, de texte și exerciții, care să vă ajute, dragi elevi și stimați profesori, să recunoașteți și să apreciați diferențele culturale, identitățile specifice, dialogul și interferențele dintre culturi prin intermediul literaturii diferitelor etnii din Republica Moldova.

Pas cu pas, profilul cărții a început să prindă contururi mai clare o dată cu înțelegerea unei realități incontestabile a societății noastre: atunci când se vorbește de relații interetnice într-un cadru politic, auzim despre dificultăți, despre conflicte, despre lezarea drepturilor și despre confruntări. În acest domeniu larg mediatizat,

stereotipurile și ideile preconcepute rămân o prezență îngrijorătoare. În cadrul educațional, nu discutăm și chiar evităm să menționăm existența vreunei probleme la nivelul relațiilor interetnice. Dacă se întâmplă totuși să o facem, obișnuim să cerem – ori să oferim – răspunsuri de-a gata, fără prea multe analize și comentarii. Iar în cadrul unei localități concrete, cum ar fi Găvănoasa, de pildă, relațiile și problemele respective sînt tratate ca unele absolut firești și sînt tranșate ca atare, fără excese și tam-tam, pentru că membrii acestei comunități, dincolo de apartenența la diferite grupuri etnice, se mai identifică și ca vecini, simple cunoștințe sau consăteni, care au în față aceleași griji pentru ziua de mîine, a lor și a copiilor lor.

Bineînțeles, acest curs intitulat *Să ne cunoaștem mai bine!* se înscrie, în primul rînd, în cadrul educațional. Ne-am propus un demers vizînd diversitatea și diferențele, dar și valorile comune, specificul cultural, dar și interferențele, marile adevăruri, dar și aspectele neliniștitoare, generatoare de întrebări complexe, chiar incomode.

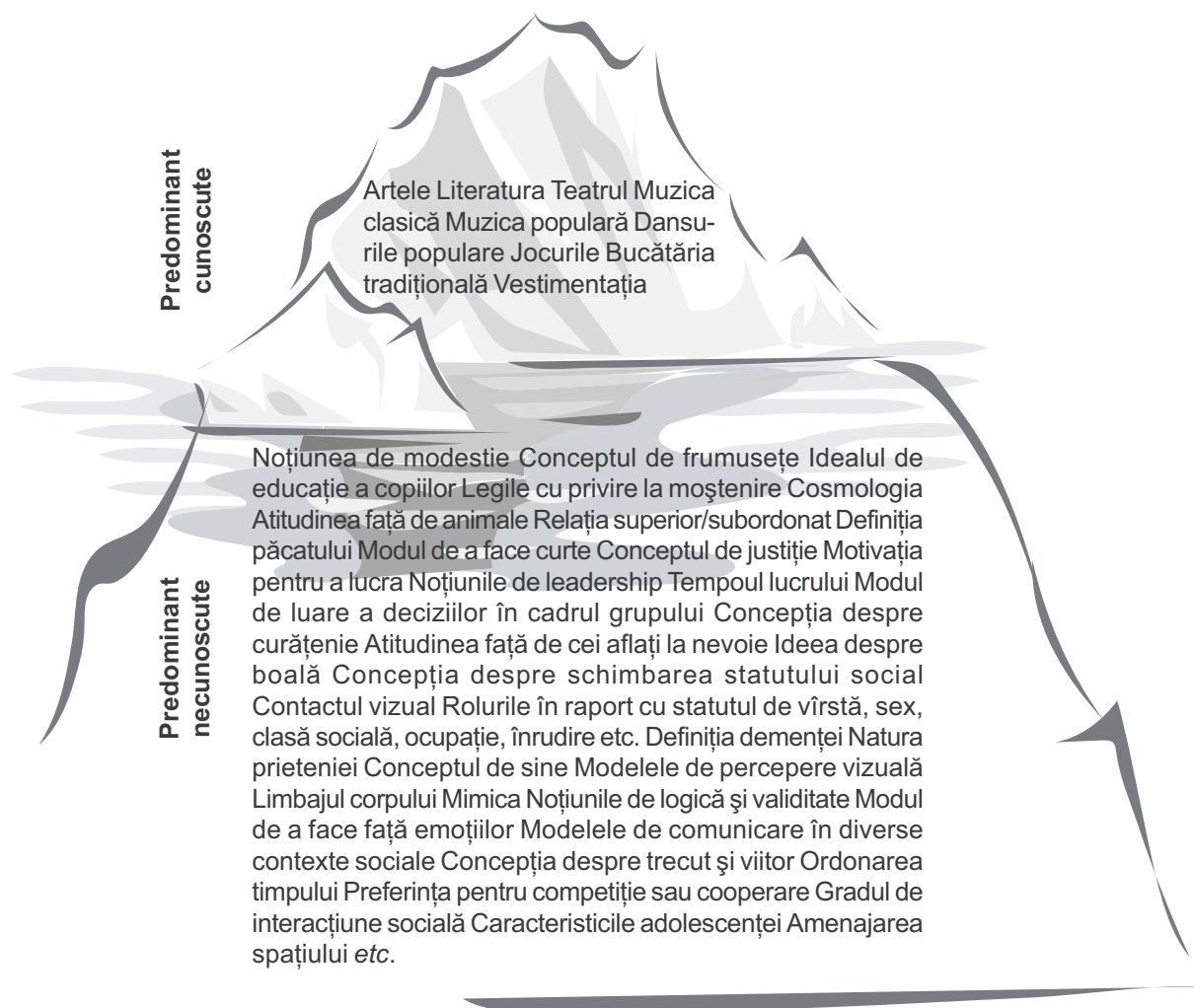
Ceea ce urmărește această carte este să propună unele experiențe care să ne apropie și să ne ajute să ne cunoaștem mai bine:

- **Experiențe cognitive:** cunoștințe concrete privind personalități eminente, opere literare mai mult ori mai puțin cunoscute, esența unor tradiții și credințe seculare etc.;
- **Experiențe atitudinale:** posibilitatea de a vă exprima atitudinile și sentimentele în legătură cu „celălalt”; posibilitatea de a analiza cum s-au schimbat sentimentele voastre cu trecerea timpului, pe măsură ce vi s-au aprofundat cunoștințele despre „ceilalți”;
- **Experiențe comportamentale:** formarea ori schimbarea unor atitudini, fără îndoială, poate fi dovedită numai de o schimbare a comportamentului, a modului de relaționare, de comunicare cu „ceilalți”:

cu respect, cu înțelegere, cu demnitate, cu toleranță, cu încredere.

Unul dintre modelele cele mai vehiculate în literatura de specialitate referitoare la studiile culturale este cel al aisbergului: foarte puține elemente ale culturii sînt vizibile

(literatura, folclorul, teatrul, muzica, dansul popular, portul național, bucătăria tradițională etc.) – vârful aisbergului. Partea subacvatică însă, cea care constituie, de fapt, marea masă și baza întregului monolit, poate fi văzută mai greu, doar cu un efort considerabil.



Modelul aisbergului sugerează că elementele vizibile ale unei culturi sînt de neimaginat fără elementele invizibile, fiind, de fapt, un rezultat al acestora. Pentru a putea comunica eficient, persoanele care provin din culturi diferite trebuie să știe cît mai multe despre partea invizibilă a aisbergului.

Partea vizibilă a acestei cărți, cea de literatură, este expresia unei părți mai ample, care rămîne ascunsă: istoria poporului creator al literaturii respective, tradițiile și datinile, valorile și normele morale, credințele, concepțiile referitoare la lumea înconjurătoare, la familie, la relația dintre genuri, la prietenie etc. Noi vă invităm să încercați s-o descoperiți, prin intermediul experiențelor de învățare propuse în cadrul fiecărui capitol, la fiecare subiect. Cunoașterea și înțelegerea acestei părți vă poate oferi șansa înțelegerii raporturilor dintre niște elemente atît de complexe și, adesea, opuse, contradictorii, dar cu drepturi egale și depline de manifestare și afirmare: EU, CEILALȚI, NOI. Sau, mai bine: EU + CEILALȚI = NOI.

Mult succes!

Liliana NICOLAESCU-ONOFREI,
director executiv,
Centrul Educațional PRO DIDACTICA

Toleranța și intoleranța...



Anatol CIBOTARU

Gimnaziul Sărata Nouă, r. Fălești

Toleranța și intoleranța au fost, sînt și vor fi la fel de departe una de alta, ca și răsăritul de apus. Acest adevăr este valabil pentru orice sistem de gîndire cu privire la noi înșine și la universul în care trăim. Mai mult ca atît: este o lege pe care nu a elaborat-o nici unul dintre noi și pe care nu prea sîntem dornici s-o recunoaștem. Poate din acest motiv societatea din care facem parte își va pierde „busola”, lipsindu-ne chiar și de unicul strop de speranță într-un secol fără speranțe...

Și totuși... Ni se mai oferă o șansă – credința în Dumnezeu. Numai alături de ea vom putea experimenta puterea magică a toleranței, sentimentul de mulțumire și împlinire – vom fi siguri că sîntem pe calea cea bună. Adică, vom parcurge un nou anotimp al binecuvîntării și vom îmbrăca toleranța ca pe o haină – în fiecare dimineață.

Așadar, ce facem și încotro mergem? Spre Infern sau spre Paradis?

Nu ne rămîne decît să ne întrebăm conștiința și să-i îngăduim să ne răspundă...

Încotro ținem calea: spre valorile convergente ale toleranței sau spre cele divergente ale intoleranței?

Pe măsură ce înaintăm, nimic nu ilustrează mai bine prăbușirea economică a lumii decît deteriorarea omului pe plan moral. Se simte în aer izul de netăgăduit al celui spirit numit de Biblie anticristic. E același care a fost prezent la turnul Babel, la Sodoma și la Gomora. E prezent și astăzi în toate țările lumii.

Să ne întoarcem la anul 1940. Trei fizicieni – Enrico Fermi, Leo Szilard și Eugene Wigner – lucrînd în condiții rudimentare, într-un laborator înjghebat pe un fost teren de handbal, sub tribuna mare a Universității din Chicago, au dezagregat atomul, confirmînd astfel în practică formula teoretică a lui Albert Einstein: $E=mc^2$. Părea că, în sfîrșit, omul a asigurat umanității o sursă ieftină și abundentă de energie. Mijecul zorii unei noi revoluții industriale. Se spera că această descoperire va pune capăt tuturor disputelor teritoriale, războaiele avînd să înceteze, săracilor asigurîndu-li-se căldură, adăpost și hrană îndestulătoare. Nici o națiune nu avea să mai cunoască mizeria și lipsurile.

Cu totul alta este imaginea consemnată de istorie. Opera celor trei savanți cu profunde convingeri religioase a cunoscut o evoluție neașteptată, dînd naștere unei perioade de teroare, și nu de belșug. Mai întîi a fost Hiroshima și Nagasaki. Apoi au urmat toate celelalte...

Treptat am ajuns, iată, la ziua în care onoarea, decența, toleranța, cinstea, blîndețea, stăpînirea de sine, responsabilitatea, valorile umane (inclusiv familiale) și spiritul de sacrificiu sînt înlocuite cu îmbuibare, senzualitate, intoleranță, cruzime, necinste, delicvență, beție, euforie produsă de droguri, fraudă, risipă și degradare a normelor morale. În locul adevărului ni se oferă muzică și amuzament, ca să fim „bine dispuși”, iar persoanele oficiale, ministeriale, parlamentare și guvernamentale sînt alese în posturi înalte numai dacă „proiectează” o imagine atractivă la televiziune. De exemplu, reacția la „dezbaterile” pentru alegerea persoanei X în funcția răsunătoare de... depinde în întregime de imagine, și nu de adevăr sau de vreun argument rațional. Poate de aceea ni se pare că și culorile tricolorului sînt imprimate invers...

De ce ne-am împotmolit atît de mult? Oare nu din cauza că am crezut în „carii-putere” și răbufnirile intoleranței? Oare nu din cauza că ne-am aruncat în vîltoarea ei și astfel ne-am sărăcit sufletul și sentimentele? Mai mult ca atît: ne-am clădit viețile pe pilonii intoleranței și am ajuns să realizăm că datorită traumatizațiilor ani din trecut nu putem înainta nici moral și nici spiritual. Preferăm să prindem din zbor limbajul viclean al invidiei, răutății, egoismului, lașității, iresponsabilității, resentimentelor și răzbunării. Legea gravitației le spune corpurilor ce să facă și acestea fac, iar principiile toleranței le spun oamenilor ce să facă și ei nu fac...

Astăzi (ca niciodată) răsună cel mai puternic glasul și chemarea toleranței. Avem toate motivele să răspundem la această chemare și nici un motiv să nu răspundem. Nu trebuie să uităm că nici o ființă umană nu realizează cît de intolerantă este, decît atunci cînd încearcă din răspuțeri să devină tolerantă. Totodată, trebuie conștientizat și faptul că toleranța este cel mai de preț lucru pe care îl putem avea și pe care l-am putea oferi, la rîndul nostru. E necesar să privim dincolo de durere și suferință și astfel vom descoperi că resentimentele generate de intoleranță reprezintă un blocaj în calea bunei înțelegeri. Valorile și sentimentele umane ne îndeamnă să eliminăm din conversații cuvintele amare și grosolane și să utilizăm expresii plăcute și dulci. Astfel, vom încuraja colegii noștri să se ridice peste propriile traume emoționale: simțurile se vor limpezi și vor începe să se

întrezeze. În cele din urmă vom ajunge în locul unde vindecarea va însemna mult mai mult decât rămânerea în boală. Nu ne rămîne decît să concludem că numai atitudinea tolerantă a fiecărui membru al societății este medicamentul pentru tratarea disperării lăuntrice în care se zbat milioane de oameni. Numai ea „va lua cu mîna” groaznică povară ce le apasă inima, îi va scoate din mohorîta stare de deprimare în care plutesc...

Avem un motiv destul de serios pentru a ne gîndi la atitudinea (tolerantă sau intolerantă) pe care o manifestăm în fiecare zi. De modul cum o practicăm depinde moștenirea pe care o lăsăm generațiilor viitoare. Cum va fi ea – o moștenire demnă de urmat sau demnă de a fi discreditată – alegerea, cu profundele ei implicații, ne aparține.

Paralel cu cele menționate mai sus, afirmăm cu certitudine că cea mai mare „greutate specifică” o are credința în Dumnezeu. Ea, cu siguranță, ne va dărui lumina toleranței, forța de nezguduit și puritatea spirituală a oricărei integrități, puterea să eliminăm din sufletele noastre litera moartă și pustiitoare a intoleranței.

Să sperăm că, în sfîrșit, va veni dimineața. Va veni într-o lumină nouă pentru noi și vom înțelege lucrurile așa cum nu le-am mai înțeles vreodată. Va veni pentru că acesta este scopul Mîntuitorului nostru Iisus Hristos: să ne reamintească în orice clipă sfințele principii ale toleranței pe care (între noi fie vorba!) nu sîntem deloc dornici să le aplicăm. Într-adevăr, este ca și cum ai aduce mereu un cal la o barieră peste care a refuzat să sară sau un elev la fragmentul de lecție pe care vrea să-l evite.

Deocamdată însă circumstanțele lasă mult de dorit: intoleranța „nu vrea” să devină rebelă. Dar cu cît totuși din jur se întunecă mai tare, cu cît crește disperarea acestei vieți trecătoare, cu atît mai mult strălucește raza

de lumină a Toleranței pe care o revarsă Dumnezeu asupra noastră.

Nimeni nu ne poate înțelege pe deplin durerea, în timp ce noi suferim în starea în care ne aflăm. Dar orice s-ar abate asupra noastră, din cauza circumstanțelor sau din cauza faptelor oamenilor intoleranți, un lucru este cert: înainte ca această fărădelege să se infiltreze în viața noastră, ea a trecut mai întîi prin mîna suverană a lui Dumnezeu.

Și dacă intoleranța, zbierîndu-și neconținut autoritatea, ne insuflă că este imposibil să iertăm pe cineva care în mod intenționat ne-a rănît cu singurul scop de a ne distruge, atunci mai avem o speranță: să vedem această rănire nedreaptă, înjositoare, dureroasă și chiar zguduitoare, ca fiind venită prin permisiunea Mîntuitorului nostru Iisus Hristos pentru a ne înălța deasupra locului unde eram anterior. Această speranță ne oferă două alternative: să credem sau să nu credem – să credem cu dăruire sau să nu credem deloc. Dacă vom fi copleșiți de îndoieli și vom adopta „codul” intoleranței, nu vom avea decît un echilibru intolerant de teroare între indivizi, familii, grupuri sociale, partide, țări și națiuni ale Planetei. Tocmai atunci cînd lucrurile vor părea că se îndreaptă, că merg mai lin, că s-au domolit, razele soarelui se vor transforma în ploaie, liniștea – în tulburare, calmul – în calamitate, iar furtunile din societate ne vor lipsi de pacea sufletească. Vom simți un sentiment profund de vinovăție – o vinovăție intensă, copleșitoare și atot-pătrunzătoare care ne va înconjura sufletele cu nori întunecați, chinuitori – de ură de sine și de aproapele nostru, de remușcare și tristețe. Ne vom bălăci în mlaștina intoleranței și vom deveni un popor dezhidratat. Pentru ca acest lucru să nu se întîmple, trebuie să răspundem la chemarea toleranței. Anume acum avem cea mai mare nevoie de ea. S-o cerem cu plecăciune și Dumnezeu ne o va da din nou...

Colegiul Pedagogic „Alexei Mateevici” la 25 de ani

A fi pedagog nu e numai profesie, e și vocație – cu acest generic s-a desfășurat, pe 20 mai curent, la Colegiul Pedagogic „Alexei Mateevici” din mun. Chișinău, o masă rotundă – una din multiplele activități (pe lângă întâlniri de suflet cu absolvenții, un minunat program artistic ș. a.) consacrate jubileului de 25 de ani ai instituției.

Întrunirea la care au participat funcționari de la Ministerul Educației, Tineretului și Sportului, absolvenți ai Colegiului, redactori de la revistele „Făclia” și „Didactica Pro...” a fost moderată de Ala Bîrlădeanu și Elena Cațer și a constituit un prilej de elogiare a meseriei de dascăl, dar și de reflecție asupra actualelor probleme din învățământ.

Pledoaria pentru această profesie poate fi susținută prin numeroase argumente. Primii pași în imensa lume a cunoașterii copiii o fac anume la grădiniță și în clasele primare. Se afirmă, pe bună dreptate (deși cu anumite rezerve): corpul este creat de părinți, iar sufletul – de educatori. Învățătorul este acea punte de legătură între părinți și copii, care facilitează adaptarea într-o lume tot mai complexă. După cum s-a remarcat și în discuții: a învăța este un lucru nobil, a învăța pe alții să fie buni este un lucru și mai nobil.

Colegiul Pedagogic a ajuns la o „vîrstă” la care se pot face și unele bilanțuri, aici însă vom aminti doar faptul că

instituția are peste 6000 de absolvenți. Vasta experiență în domeniu și măiestria colectivului profesoral ar permite, după cum au remarcat reprezentanții ministerului de resort și directorul Tudor Arnăuț, inițierea unui Centru de perfecționare continuă a cadrelor didactice pe lângă Colegiul Pedagogic „Alexei Mateevici”.

Mulți vorbitori au relevat nevoia unui devotament pentru profesie, fără de care nu putem avea rezultate bune, propunînd să fie menționate cadrele didactice care au activat în domeniu mai mult de 25 de ani și de la care învață nu numai elevii, dar și profesorii mai tineri.

În luările de cuvînt a fost promovată ideea, susținută și de Ludmila Scalnîi, Președintele Asociației Femeilor din Moldova, de a spori alocațiile financiare pentru învățământ, aducînd drept exemplu experiența SUA și, mai ales, a Japoniei.

De asemenea, s-a accentuat, că drept consecință a aderării Republicii Moldova la Procesul de la Bologna, pe lângă modificările de structură, se impune și sporirea calității învățămîntului la toate treptele.

Profesorii, educatorii, învățătorii, specialiștii din domeniu rămîn în speranța că factorii de decizie vor acorda o mai mare atenție prevederilor legale, unde învățămîntul este declarat, nu întîmplător, prioritate națională.

Dan BOGDEA



Principii de igienă mintală

1. Importanța *cunoașterii de sine* și a mediului.
2. Deși *sănătatea fiziologică* nu creează ca atare sănătate psihică, o condiționează profund.
3. Privirea lucrurilor în față cu încredere și *optimism*.
4. Cunoașterea adecvată a situațiilor din perspectiva *obiectivității*.
5. Efort continuu pentru dominarea *situațiilor dificile*.
6. *Compensația*. Dacă nu ai forțe pentru a atinge un scop, atunci trebuie să-l compensezi cu găsirea altui scop pe măsura puterilor proprii.
7. *Satisfacția produsă de progresele relative*. Activitatea omenească poate avea obiective mai apropiate sau mai depărtate de putința personală de realizare. Unii își fixează scopuri înalte, trăind în permanență într-o stare de neliniște și mulțumire. Ei caută mereu realizarea perfecțiunii absolute, fără a lua în seamă progresele de zi cu zi. Omul normal își dă seama că progresul este lent și anevoios, că *puterile umane sînt limitate*. Un proverb japonez ne spune: „Cei ce nu văd micimea lucrurilor mari nu-și pot da seama de măreția lucrurilor mici.” Cine măsoară potrivit adevărata întindere a scopurilor sale, își dă seama că aceste scopuri se ating prin muncă constantă și continuă de fiecare zi și orice performanță, orice lucru cît de neînsemnat ar fi își are rostul lui în alcătuirea lumii și a vieții.
8. Realizarea progresului fără grabă. Obstacolele interne aduc la o stagnare a progresului, care se transpune în psihic prin trăirea unei stări de tensiune și instabilitate, transformîndu-se în graba de a atinge rezultatul dorit. *Graba improvizează și alungă temeinicia*. Cine ține cu orice preț să cîștige în suprafață, pierde în profunzime.
9. *Asumarea propriei responsabilități*. „A raționaliza” înseamnă a căuta cu orice preț o motivație satisfăcătoare din punct de vedere personal – o formă de neonestitate.
10. Recunoașterea reacțiilor personale nesănătoase și *acceptarea criticilor juste*.
11. *Dezvoltarea umorului*. Seriozitatea perpetuă și prea adîncă poate fi un indiciu al unei adaptări insuficiente a mecanismelor psihice. Umorele, gluma subtilă și lipsită de răutate este un tonic al psihicului. E un mecanism biologic de scăpare de sub tirania tragicului existenței, monotoniei, plictiselei. Forma cea mai potrivită – gluma indirectă care începe cu propria persoană.
12. *Trăirea pe planul prezentului*. Nu trebuie apelat la trecut sau viitor decît în măsura în care acestea au relații vitale cu prezentul. Reveria devine dăunătoare în momentul în care desfigurează realitatea și paralizează acțiunea. Regretul pentru trecut poate deveni o adevărată autotortură, care destramă unitatea vieții interne. În locul regretului – învățăminte pentru dirijarea acțiunii prezente, iar în locul anxietății – încredere și optimism în rosturile desăvîrșirilor istorice ale viitorului.
13. *Dezvoltarea deprinderilor sociale bune*. Omul este un animal social. Încercarea de a ieși cu totul din cadrul comunității date – atunci cînd nu ai uriașa forță de a crea un nou mediu mai superior – echivalează cu intrarea în zona patologicului. Dezvoltarea spiritului de independență, demnitate, responsabilitate.
14. *Căutarea mediului potrivit*, evitarea celor șubrede din punct de vedere etic. Pierderea totală a independenței persoanei în mediu sau accentuarea excesivă a propriei personalități nu formează reacțiuni sănătoase.
15. Respectarea valorilor supreme ale culturii: Adevărul, Frumosul, Binele. Ele formează stîlpii de rezistență ai unei concepții superioare despre lume și viață.
16. Înțelegerea naturii inhibițiilor și canalizarea energiei lor în direcții pozitive. Dacă tendința inhibitivă e favorizată de împrejurări, ea poate da naștere la complexe emotive (depozitele marilor insatisfacții în viață, care minează pe plan sub- sau inconștient echilibrul psihic).
17. Omul biologic privit în unitatea lui psihofiziologică nu se poate dezvolta în mod armonios decît prin satisfacerea tendințelor sale interne pe căi potrivite, în momentul fiziologic și psihic în care acestea au atins deplina lor maturitate.
18. *Stăpînirea și eliminarea fricii*. Ea face să se retragă din cîmpul acțiunii chiar și pe acei care posedă aptitudini și capacități reale de creație și muncă. Stăpînirea fricii se face prin acțiune constantă și dîrză chiar în fața celor mai dificile împrejurări.
19. Activitate multiplă intensă și adecvată putințelor personale. *Activitatea este mijlocul prin care ne valorificăm existența proprie*. A fi inactiv înseamnă a te pune în *flagrantă contradicție cu însăși semnificația vieții care cuprinde acțiune, dinamism, creație*. Nimic altceva decît creația și munca personală nu îngăduie formarea sentimentului de încredere, statornicie și rezistență în fața realității. Cine nu lasă nici o urmă în viață – poate avea impresia că trăiește într-o lume imaginară de aparențe înșelătoare.
20. *Crearea unei filozofii active*. Ce trebuie să fac în viață cu puterile pe care le am și în condițiile locale și istorice în care trebuie să trăiesc? Iată problema principală în jurul căreia se vor organiza convingerile și cunoștințele personale, sentimentele și pornirile noastre afective din care va deriva activitatea practică. Arta de a făuri destinul constă în utilizarea pricepută a împrejurărilor date, iar nu în inventarea unor împrejurări croite după pofta inimii.

După Dimitrie TODORAN,
Principii de igienă mintală.
Anale de psihologie, 1936



Oxana ISAC

Universitatea de Stat din Moldova

Sănătatea mintală – factor important de protecție și progres sociocultural

Numeroasele mutații survenite în lumea contemporană au schimbat profund viața fiecărui individ. Omul este influențat de factorii sociali, fiind permanent obligat să-și reorganizeze comportamentul și să-și modifice personalitatea. Viața în societate asigură individului cadrul dezvoltării sale, modelele de gândire și de conduită, relațiile interpersonale, mijloacele de trai. Omul poartă pecetea societății căreia îi aparține, devenind “parte” a acesteia. Dar există și o a doua latură a problemei. Dacă societatea, prin intermediul sistemului de valori, face ca individul să depindă de ea, apoi acesta, prin acțiunile și deciziile sale, poate influența societatea. Ceea ce aparent pare a fi un raport de subordonare “societate/individ” constituie o interacțiune dintre individ și societate, fapt cu atât mai evident, cu cât recunoaștem că omul este cel care “construiește” și “alege” cadrul vieții sale sociale.

Avem două categorii de forțe care acționează concomitent: *forțele sociale* (modelul sociocultural, instituțiile, relațiile umane, normele social-juridice, sfera politică și economică, religia) și *forțele umane* (trebuințe, aspirații, decizii, acte, conduite). De acordul sau dezacordul acestora depinde starea de echilibru atât a societății cât și a fiecărui individ (niciodată însă nu poate exista un acord perfect). Dacă “acceptă” societatea așa cum este, aceasta satisfăcându-i nevoile și aspirațiile, între individ și societate se stabilește o stare de echilibru. Sînt însă situații în care pulsunile inconstientului se orientează împotriva societății, luînd, de regulă, un caracter de agresivitate, de violență antisocială. În acest caz apare

un conflict reprezentat prin devianță și sociopatii. Toate aceste situații pun în discuție, pe lîngă integritatea sistemului social, și integritatea individului, starea lui de echilibru sufletească interior și de adaptare social-comportamentală externă. O contribuție esențială la rezolvarea dezechilibrului sănătății publice atât a individului cât și a comunității sociale îi revine igienei mintale.

Condițiile de viață, suprasolicitările permanente și obligativitatea asimilării noului antrenează noi forme de manifestare a patologiei psihice: stres, stări reactive de tip nevrotic, anxietate; depresii, afecțiuni psihosomatice, tulburări de comportament, conduite de tip deviant, sociopatii, violență, toxicomanii și perversiuni sexuale. Creșterea riscului de boli psihice ridică serioase probleme pentru societate. Singurele care pot contribui eficient și imediat la ameliorarea condițiilor de viață sînt acțiunile de igienă mintală. Acestea îi revine astăzi nu numai o funcție individuală, ci și o importantă funcție socială, comunitară, precum și rolul de a promova factorii de sanogeneză, de a oferi recomandări pentru ameliorarea vieții, de a planifica activitatea și de a da o normă psihoso-



cială adecvată conduitelor umane. Igiena mintală trebuie să constituie una dintre dimensiunile oricărei societăți moderne, civilizate, întrucât, prin scopul pe care și-l propune, promovează principiile unei cultivări a echilibrului sufletesc. Igiena mintală se relevă ca un valoros factor de protecție și progres social; ea reprezintă și un mijloc de educație, de formare a individului, de adaptare a acestuia la noile condiții ale unei lumi în mișcare și evoluție.

Deși ramură a medicinei, igiena mintală constituie, prin valențele sale multiple, un instrument fundamental în activitatea psihologului, pedagogului, asistentului social și sociologului. Acțiunea de igienă mintală, întemeiată pe un program de psihoprofilaxie ce implică activitatea unei "echipe terapeutice" complexe, cu caracter interdisciplinar, presupune o cooperare largită, în care statul este obligat să intervină, susținând-o moral și material. Este în interesul instituțiilor de stat și guvernamentale să promoveze acțiunea de igienă mintală, pentru a preveni creșterea riscului bolilor psihice, devianțelor sociopatice, violenței, alcoolismului etc. Este mult mai ușor să previi decât să combați, să tratezi tulburările psihice sau sociopatice, să menții o societate sănătoasă decât să te confrunți cu problemele majore de sănătate mintală sau devianță antisocială. *Dar igiena mintală nu înseamnă numai o acțiune de psihoprofilaxie a bolilor psihice, cu caracter medico-psihosocial, ci un sistem de formare a individului, a personalității umane, a modelelor de comportament social și a relațiilor interumane.* Ea contribuie direct la crearea unui climat psihosocial echilibrat, armonios și favorabil dezvoltării tuturor membrilor societății, cultivând principiile morale ale toleranței și înțelegerii, ale cooperării și progresului social. Igiena mintală are caracterul unei acțiuni permanente, absolut indispensabile oricărei societăți civilizate.

Sănătatea mintală este condiția esențială a existenței persoanei, caracterizându-se prin următorii parametri: stare de armonie interioară, echilibru dintre individ și lume ca expresie a adaptării, comportament adecvat orientat între "stimul" și "scop" sau între "motivație" și "ideal", gândire concretă și logică, capacitatea de a acționa pozitiv, de a găsi soluții adecvate fiecărei situații de viață. Orice tulburare a stării de echilibru psihic duce la dezadaptarea persoanei, la dezorganizarea comportamentului acesteia. În atare caz, este necesar a interveni cu acțiuni de igienă mintală care pot fi exercitate în plan individual sau colectiv (social). *Igiena mintală individuală* vizează asigurarea echilibrului între starea mintală și starea fizică a persoanei conform principiului "într-un corp sănătos o minte sănătoasă". *Igiena mintală colectivă sau socială* urmărește menținerea, dezvoltarea și perfecționarea stării de sănătate mintală a grupurilor socioumane; prevenirea situațiilor generatoare de conflict, panică, dezordine socială; instituirea unor măsuri de psihoprofilaxie în masă a factorilor ce pot perturba starea de sănătate mintală a organismului.

Asistența sănătății mintale în Republica Moldova se concentrează în prezent în spitalele de psihiatrie, continuitatea acesteia limitându-se preponderent la administrarea unui medicament psihotrop: adică nu se poate vorbi despre o anume specializare, nu există conceptul de echipă terapeutică și cu atât mai puțin – de îngrijiri comunitare. În opinia publică persistă imaginea negativă a bolii psihice, a purtătorilor respectivelor boli, a instituțiilor de îngrijire și chiar a celor ce îngrijesc. În aceste condiții, necesitatea reformării domeniului vizat este evidentă. Ministerul Sănătății al Republicii Moldova își propune adoptarea unei strategii în sănătatea mintală, al cărei scop constă în reducerea morbidității de boli psihice și ameliorarea parametrilor de sănătate mintală la nivelul întregii populații prin îndeplinirea următoarelor obiective: poziționarea superioară a conceptului de sănătate mintală în sistemul de valori al societății; reducerea factorilor de risc și de vulnerabilizare pentru boala psihică; reformarea sistemului de îngrijiri. Primul obiectiv, de a căruia atingere depinde într-o bună măsură realizarea celorlalte două, impune un scurt comentariu. Nu există sănătate fără sănătate mintală – o dimensiune a calității vieții și o sursă de dezvoltare pozitivă. Fiecare persoană are dreptul la sănătate mintală, promovarea acesteia fiind sarcina întregii societăți. Fiecare membru al comunității este responsabil pentru climatul general al societății, iar atitudinea sa va influența, în ultimă instanță, dimensiunea publică a sănătății mintale; beneficiarii serviciilor de sănătate mintală trebuie să aibă același statut ca și beneficiarii oricăror servicii de sănătate.

Igiena mintală presupune dezvoltarea armonioasă și echilibrată a personalității individului, adaptarea optimă a acestuia la condițiile mediului său ecologic, social și familial, încadrarea sa în grupul comunitar și profesional, dezvoltarea încrederii în sine, formarea unor relații interpersonale care să confere personalității o dinamică normală. Această ramură cuprinde măsuri de natură profilactică vizând evenimentele psihotraumatizante din cursul vieții, factorii stresanți capabili să ducă la dezechilibru psihic și care ar putea afecta direct starea de sănătate mintală a individului. Igiena mintală este chemată să contribuie nu numai la ameliorarea sănătății psihice, comunitare și individuale, ci are și rolul de a crea o nouă mentalitate, un nou stil de viață, un tip de personalitate echilibrată fizic, psihic și moral, aptă a se adapta și a progresa în raport cu noile cerințe sociale.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. *Societatea civilă și sănătatea mintală*, Chișinău, 2003.
2. Enăchescu, C., *Tratat de igienă mintală*, București, 1996.
3. *Sănătatea publică și reformele asistenței medicale în Republica Moldova*, Chișinău, 1999.
4. Tiberiu, V.; Cristian, V., *Psihologia și psihopatologia comportamentului*, București, 1978.



Constantin CUCOȘ

Universitatea "Al. I. Cuza", Iași

Un nou mediu de formare - *e-Learning-ul*

În primul rând, cele două elemente pretind o anumită punere de acord și compatibilizare, neștiindu-se, cu siguranță, care dintre ele va face mai multe concesii (în sensul mulării tehnologiei în consens cu exigențele educației sau încorporării tehnologiei de către educație). Oricum, principial, putem avansa presupuziția că ambele trebuie să facă pași una către cealaltă, contaminându-se reciproc.

În al doilea rând, trebuie să reliefăm potențarea lor reciprocă, în sensul că un câștig într-o direcție atrage după sine un plus și în cealaltă parte. Progresul tehnologic, se știe, este determinat și de o creștere a ponderii educației, după cum și educația poate profita de pe urma avansului tehnologic.

Pe de altă parte, excesul de tehnologizare (și implicit, de mecanizare) a învățării ridică o serie de interogații. La un moment dat, abuzul de tehnologie poate bloca sau anihila creativitatea necesară în activitatea de procesare a informației primită din exterior. Calitatea procesării va fi dată și de dimensiunile euristice ale poziționării față de informație, care este limitată de cadrul tehnic activat la un moment dat. Tehnologismul, în educație – ca și în viață, induce șablonizare, algoritimizare, uniformizare. Tehnologia este și un facilitator, dar și un obstacol în fața cunoașterii și aflării adevărului.

Se pot inventaria mai multe modalități de realizare a *e-Learning*-ului: poșta electronică, grupul de discuții, conferința telematică, chat-ul, telefonica, videofonia, lista de difuzare, cutia de întrebări, liste de afișaj etc. Chiar și tratamentele succesive de texte prin clasicul Word, ce trec pe la mai mulți colegi, fiecare marcînd (prin culori, de pildă) puncte personale de vedere (în perspectiva corijării sau perfectării unui text) constituie o formulă de manifestare a *e-Learning*-ului. Dispozitivul electronic, prin sine, nu instaurează automat învățarea în linie. Acesta se cere a fi înțeleș, gestionat, implicat în mod corespunzător în acțiunea de extindere a cunoștințelor. Dacă, de pildă, cineva folosește aplicația PowerPoint doar pentru a vizualiza producțiile altora, fără a formata propriile idei în consens cu acest program, nu se dă curs în sens deplin unei situații de tip *e-Learning*.

Este de presupus ca gama instrumentelor subsumate acestei tehnologii să se extindă, noi evoluții survenind de la o zi la alta. Important este faptul că acestea comportă o co-construcție și o co-gestiune întru sporirea ocaziilor și situațiilor de învățare. Departe de a rămîne achiziții elitiste, destinate unor „aleși”, acestea vor deveni bunuri publice, avînd o uzanță cvasigenerală.

Termenul *e-Learning* desemnează acea realitate educațională realizată prin intermediul rețelelor electronice și implicarea noilor tehnologii comunicaționale. Prefixul *e* (în pronunție românească *i*) trimite la termenul de *electronic*, de *în linie*, de conectivitate directă sau amînată cu o entitate receptoare sau transmițătoare de mesaje educogene. La nivelul *Comisiei europene* (AFEC-Info, 2004), *e-Learning*-ul este definit ca „utilizarea noilor tehnologii multimedia și a Internetului pentru a ameliora calitatea învățării, facilitînd accesul la resurse și servicii, precum și schimburile și colaborarea la distanță”. Avem de a face cu o ipostază a învățării, fundamentată pe un alt tip de suport (digital), un nou tip de afectare a capacităților de sesizare a stimulilor, bazată pe o relaționare inedită ce afectează vechile condiționări de ordin spațial și temporal. Spargerea determinărilor topografice, punerea la distanță a elevului față de educator, delocalizarea și desincronizarea medierii pedagogice atrag după sine o schimbare a funcționalității metodelor, o altă prioritate a derulării acestora, o altă „față” a conținuturilor, o redefinire și recompunere a elementelor de ordin tehnic ce prezidează activitatea de încorporare a unor valori. Pe de altă parte, noul dispozitiv formativ îl predispune pe educat (dar și pe educator) la o poziționare aparte față de situația de învățare (prin grad de responsabilitate, autonomie decizională și acțională, autocontrol și evaluare de sine etc.). Sesizăm, astfel, chiar o interpenetrare și inversare a rolurilor, o asumare secvențială a unor statute mai puțin obișnuite, o libertate de uzitare a unui avantaj de poziții mai puțin directivate și normate. În același timp, actorii implicați în acest proces trebuie să dea dovadă de niște competențe bazale, de o alfabetizare de alt ordin, cea digitală. A deține deprinderi minimale de manipulare a noilor tehnologii constituie o condiție necesară activării acestui mod de a face educație.

Conceptul de *e-Learning* prezintă și o dimensiune complexă (cf. Viens, Wzrsch, 2004, p. 182), întrucît alianța dintre procesualitatea învățării și contextul tehnologic ridică o serie de probleme.

Se pare că noile tehnologii nu funcționează doar ca suporturi sau situații pentru transmiterea cunoașterii, ele generează un plus de cunoaștere amplificând și potențând registrul de abilități privind procesarea cunoașterii. Înseși procesele învățării se perfectează sub impactul acestor ocazii, luând o turnură mult mai fluidă, mai mobilă, mai rafinată.

Unii autori (Taylor, 2003, cf. Viens, Wzrsch, 2004, p.186) identifică cinci generații de manifestare a *e-Learning*-ului, fiecare având un anumit grad de echipare instrumentală:

- a) corespondența textuală pe suport scris;
- b) activități multimedia integrând textul scris, casetele audio și video, activități pe calculator și video-interactivitatea sub forma de videodischete și CD-romuri;
- c) tele-învățarea ce implică audio-conferința, video-conferința, difuzările televizate sau de tip radio;
- d) activitățile de învățare flexibile în linie care îmbogățesc contextul învățării pe bază de multimedia interactivă, accesul la Internet, la diferite resurse depozitate pe pagini web;
- e) activități flexibile în linie, dar inteligente, care oferă feedback și controlează activ, automatizat pe utilizatori prin sisteme ce includ portaluri bogate în noi instrumente ce îndrumă, consiliază, clarifică.

În momentul de față, sînt mai multe ipostaze de insinuare a *e-Learning*-ului (cf. Lee Ann Obringer, <http://www.howstuffworks.com/elearning1.htm>):

- bazele de date, ca un cumul de cunoștințe moderate din punct de vedere interactiv, utilizatorul putînd accesa o anumită informație cu conținut instructiv prin tastarea unui cuvînt sau a unor fraze-cheie, sau poate selecta informația dorită dintr-o listă organizată alfabetic;
- suportul on-line, ca o formă de *e-Learning* ce funcționează într-o manieră similară bazelor de date; acest suport ia forma forumurilor, a chat-urilor, a e-mail-urilor sau messenger-ului; este mai interactiv decît bazele de date, oferind oportunitatea unor întrebări și răspunsuri specifice, în chip imediat;
- instruire asincronă, ce implică auto-învățarea pe bază de CD-ROM, Network, Intranet, Internet; poate facilita accesul la instructori prin întâlniri on-line, discuții în grup directe și e-mail sau poate oferi link-uri către materialele de referință, substituindu-l pe instructor;
- instruirea sincronă, care se realizează în timp real cu un cadru didactic de specialitate ce facilitează instruirea; utilizatorul se conectează într-un anumit cadru temporal și comunică direct cu instructorul sau cu ceilalți utilizatori; un astfel de curs poate dura de la cîteva ore la cîteva

săptămîni, luni sau chiar ani; acest tip de training se desfășoară, de obicei, prin site-uri Web Internet, audio sau video-conferințe, telefonie Internet sau chiar prin transmisie directă bi-direcționată între studenți aflați în săli de curs diferite.

e-Learning-ul assemblează și compatibilizează principii ce vin dinspre psihopedagogie, teoria informației, teoria comunicării, managementul cunoașterii. Este un sistem care facilitează ca informația și cunoașterea să vină spre cei ce au nevoie, cînd, unde și cît au nevoie. El obligă la o regîndire a educației și o reasezare a ei în consens cu noile presiuni ale globalizării și tehnologizării.

O structură *e-Learning* de calitate va avea următoarele trăsături:

- trebuie să fie cît mai interactivă, să implice emoțional cursanții, iar feedback-ul oferit se cere a fi prompt și la obiect;
- atmosfera din sala de curs virtuală trebuie să fie cît mai plăcută, mai apropiată de interesele de învățare ale cursanților, iar elementele noi trebuie introduse treptat;
- derularea cursului și cerințele de promovare trebuie descrise foarte clar și exact;
- este obligatorie respectarea ritmului individual de învățare;
- motivația cursanților trebuie susținută și întărită constant prin metode și strategii psihopedagogice specifice.

e-Learning-ul contribuie masiv la difuziunea valorilor cunoașterii și a experiențelor culturale de tot felul la nivelul unui areal practic global. Restricțiile de ordin spațial, și chiar temporal, sînt abolite. Oricine de pe planeta noastră, în principiu, poate intra în posesia unei informații sau poate lua legătura cu o competență într-un orizont sau altul existentă undeva în lume. Practic, dispozitivele tehnologice facilitează transferul și chiar convertibilitatea unor valori de la individ la individ, de la o cultură la alta. Dispozitivul ca atare acționează ca un instrument „universal”, inductor de conduite intelectuale similare. Internet Explorer-ul, ca program de accesare a informațiilor de pe web, este același și în America, și în Japonia, și în Algeria, și în România. Universalitatea instrumentului obligă la gesticulații similare de uzitare a acestuia.

e-Learning-ul facilitează globalizarea și internaționalizarea. El aduce unificarea ...din anumite puncte de vedere, nu o uniformizare și plafonare nedorită, „rea”, de care să ne temem. Diversificarea va persista la alte niveluri. Persistența identităților și revendicarea regionalismelor culturale se vor activa prin registre specifice, ce se vor autonomiza și întări (prin limbă, folclor, expresii artistice, registre mentale, ticuri personale etc.). Rămînem diferiți, din anumite puncte de vedere, dar vom deveni identici ...din alte puncte de

vedere! Raportul uniformizare-particularizare se va echilibra neconținut, fără riscul dispariției sau ocultării unuia dintre aspectele acestei ecuații.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. AFEC-Info, 2004, *Communication électronique «Programme Leonardo da Vinci»*, cf. <http://afecinfo.free.fr/afec/index.htm>.
2. France, H.; Anthony, K., *Problems of distance education*, în *Distance education: new perspectives*, (Ed. By K. Harry, M. John, D. Keegan), Routledge, London, New York, 1993.
3. Levy, P., *Qu'est-ce que le virtuel?*, Edition La Découverte, Paris, 1995.
4. Obringer, Lee A. 2005, *How e-learning Works* <http://www.howstuffworks.com/elearning1.htm>
5. Pouts-Lajus, S., 2004, *Present et avenir des communautés délocalisées d'enseignants*, în <http://www.txtnet.com/ote/communautes.htm>
6. Ratcheva, V., Binks, M., *Knowledge Creation Dynamics in Multidisciplinary Virtual Teams*, în http://sses.com/public/events/euram/complete_tracks/knowledgebased_firm/binks_ratcheva.pdf
7. Serres, M., 1997, *La rédemption du savoir*, în *Quart Monde*, no 163.
8. Tremblay, Gaetan, 2004, *Les campus virtuels, du siècle des Lumières à l'économie du savoir*, în http://www.google.ro/search?q=cache:VEWG_gta6ObMJ:www.terminal.sgdg.org/navigation/fr_recherche.html+Gaetan+Tremblay+Les+campus+virtuels&hl=ro
9. Viens, J.; Wyrsh, A., *Regards et perspectives: l'évaluation au service de la qualité pédagogique des formations e-Learning*, în *Revue suisse de sciences de l'éducation*, 26-e année, Academic Press Fribourg. 2004.

Despre sănătate...

- Oamenii nu cunosc adevăratele bunuri, pe care să le ceară de la zei, ci se roagă întotdeauna ca să le dea bogății mari, onoruri, elocvență, glorie militară, viață lungă, frumusețe. Toate acestea sînt niște deșertăciuni, de cele mai multe ori aducătoare de nenorociri pentru cei ce le doresc...

Așadar, nu acestea trebuie să le cerem de la ei; să ne rugăm, că atît ni e dat să trăim, *să avem mintea și trupul în deplină sănătate*, să nu ne temem de moarte și să punem sfîrșitul vieții între cele mai mari binefaceri.

Celelalte lucruri să le lăsăm în grija zeilor, căroră omul le este mai scump decît își este el sieși.

(Juvenal)

- Pentru ca activitatea să fie cu adevărat prielnică sînt trei condiții neapărat trebuincioase omului:

1. Să păstreze o dreaptă măsură și să ocolească orice exces;
2. Să se aplice cu iubire, în momentul potrivit, la obiectele ce-i convin;
3. Să aibă timp de odihnă și să-și varieze ocupațiile.

Astfel este natura spiritului nostru: repausul îl odihnește mai puțin decît varietatea.

- Pentru spirit, ca și pentru corp, viața este o lucrare de asimilare și de eliminare, de inspirație și de expirație. Sănătatea constă în regularitatea pulsațiilor.
- Frumosul are dreptul la cercetările noastre și la iubirea noastră; frumosul e hrana binelui și a sănătății.
- Un optimism moderat, rod firesc al unei sănătoase filozofii, convine igienei morale. Cînd cineva este nemulțumit de lume, este nemulțumit și de el însuși; și, în acest caz, cum va scăpa de reaua dispoziție? Cum își va păstra sănătatea?

(E. de Feuchtersleben)

- Fugi de plăcerea care dă naștere durerii.

(Solon)

- Împotrivește-te începutului; cînd se recurge la remediu e prea tîrziu.

- Oamenii îndură aproape oricîte neajunsuri ca să dobîndească și să-și păstreze sănătatea trupească: în privința sufletului însă cei orbiți nu vor să suporte nici măcar unul.

(Ovidius)

- O treime din tot ce mîncăm ne ajunge ca să trăim: celelalte două treimi slujesc ca să-i facă să trăiască pe medici.

(Vechi aforism francez)

- Picioarele noastre sînt făcute pentru mers și alergare, nu pentru a accelera pedala unui automobil.

(G. Venzender)

- Medicul tratează, dar natura vindecă.

(Hipocrate)

- Dacă marea reprezintă parterul celui mai străvechi sanatoriu al speței umane, indiscutabil că muntelui îi revin etajele superioare.

(G. Duhamel)

- Pădurea este prin ea însăși un spital.

(Al. Schweitzer)

- Ce este marea? Ce altceva decît o putere vie, imensă, care îmbrățișează totul, care însuflețește totul.

(Buffon)

- Mișcarea ca și respirația, în condiții de puritate atmosferică, și dacă e posibil, și în singurătate, mă scot de fiecare dată din impas.

(A. Brundace)

Adela **FEKETE**

Liceul Teoretic "Nicolae Bălcescu", Cluj-Napoca

Călătoria imaginară la lecția de română ca procedeu de dezvoltare a creativității elevilor

Studiul de față descrie un exercițiu didactic a cărui finalitate este dezvoltarea creativității elevilor prin călătorii imaginare la orele de limba și literatura română.

Opțiunea pentru un asemenea exercițiu își are explicația în însăși semnificația cuvântului de bază: *călătorie*, percepută ca o profundă și necesară experiență a ființei umane care induce trecerea, schimbarea, independența acesteia față de detaliu. Călătorind, „oamenii devin mai înțelepți, nu numai pentru că ei cunosc mereu noi priveliști și întâmplări, ci tocmai fiindcă ei înșiși devin, pentru sine, peisaje trecătoare, pe care le pot privi lesne cu o anumită detașare” (O. Tocarczuk, „Călătoria oamenilor cărții”, pag. 55).

Călătoria pe care o propunem se bazează pe anumite tehnici, desprinse din domeniul precum psihologia, estetica, pictura, muzica, lingvistica – toate contribuind la îmbogățirea orei de limba și literatura română și prin intermediul cărora elevul-călător poate ajunge oriunde și oricând își dorește. Acestea sînt:

1. Sugestia;
2. Somnul – Visarea;
3. Călătoria prin culori;
4. Călătoria prin sunete;
5. Călătoria prin parfumuri;
6. Călătoria lingvistică prin: călătoria corespondențelor cuvintelor în lumea artelor; călătoria formării de cuvinte; călătoria comparațiilor; călătoria metaforelor; călătoria personificării;

7. Eseul;
8. Călător și călătoria în/prin sine în lumea artei plastice și literare: discursuri autobiografice, imaginea (autoportretul) și textul (jurnalul);
9. Călătoria în lumea cărții.

Folosirea *sugestiei* este încă din cele mai vechi timpuri una dintre tehnicile cu rezultate pozitive în obținerea unui anume lucru. Sugestiile directe și indirecte pot induce atitudini și preocupări noi, speranțe sau dimpotrivă, suspiciuni și îndoieli: „Omul depinde uimitor de acțiunea cuvintelor rostite sau scrise, directe sau indirecte. ... Îndemnul sau sfaturile primite în momente hotărâtoare pot influența conduita de-a lungul întregii vieți” (Vl. A. Gheorghiu, I. Ciofu, 1982, pag. 121).

La început, sugestia a fost utilizată în **scopuri curative**. Primul document care confirmă folosirea ei în acest sens (anul 1552 a. Hr.), găsit sub ruinele Thebei, este Papirusul Evers. În cazul acestuia se susținea: „Pune mîna pe el, pentru a alina durerea brațelor și a spune că durerea va dispărea” (Vl. A. Gheorghiu, I. Ciofu, 1982, pag. 25).

Maria **FEKETE**

Grupul Școlar "Victor Babeș", Cluj-Napoca

La rîndul său, religia creștină sugerează prin afirmații de genul: „Îndrăzniți, eu am biruit lumea”. În epoca modernă, McDougall susține că „sugestia este un proces de comunicare, care are drept rezultat acceptarea cu convingere a propoziției comunicate, în absența unei baze logice adecvate de acceptare” (VI. A. Gheorghiu, I. Ciofu, 1982, pag. 41).

Motivul folosirii acestei tehnici în călătoria literară și, în special, în actul de creație este acela de a induce în organismul elevului starea de liniște interioară menită să facă imaginația să se simtă liberă. Prin exerciții de genul: „Închideți ochii! Începeți să vă relaxați! Vă relaxați din ce în ce mai mult! Liniștea vă cuprinde tot corpul! Vă simțiți învâluți de un cumul de energie care crește treptat. Simțiți că sînteți pregătiți să începeți munca, acum! Ascultați cu mare atenție tema, la care – îndată ce veți începe să lucrați – veți obține cele mai bune rezultate. Deschideți ochii și scrieți o compunere: „Călătoria alături de...” sau „Călătoria într-un loc în care există ...sau NU există...”. Alt exercițiu poate solicita elevilor să descrie o lume în care au călătorit și în care au găsit toate ingredientele necesare pentru a putea trăi fericiți sau să discute despre situația nedorită de a descoperi o lume care nu se identifică deloc cu gusturile lor și pe care au „puterea” să o îndrepte (rolul covârșitor al sugestiei). Prin această sarcină se poate stabili că unii elevi vorbesc despre lumea în care trăiesc. Experiența „trăită” la oricare dintre exerciții poate fi consemnată într-un **jurnal de călătorie**.

Tehnica sugestiei poate fi aplicată la începutul lecției, în cadrul *Evocării* (exercițiu de dinaintea etapei de creație), dar și în oricare altă etapă în care simțim că elevii trec printr-un moment dificil.

CĂLĂTORIA ÎN SOMN ȘI ÎN VIS

Odihna activă/simulată se folosește în scopul recuperării stării de oboseală și încordare acumulată de elevi în timpul lecțiilor și vine în sprijinul redobîndirii/stimulării inspirației. În cazul orelor de creație, o tehnică deosebită se dovedește a fi aceea a „somnului” și se realizează prin simularea actului real. Durata exercițiului este de 3-5 minute. Pentru acest interval de timp, elevilor li se sugerează să „viseze” la călătoria ideală, la locuri și lumi pe care ar vrea să le exploreze atunci cînd vor deveni adulți etc. Exercițiul constă în afirmații de genul: „Închideți ochii! Pleoapele vă devin din ce în ce mai grele! Vă este din ce în ce mai somn! Adormim cu toții!

Acum începem să călătorim...”. Acest exercițiu ne permite trecerea spre „întîlnirea” cu poezii și scriitorii romantici care au în crezul lor ideea de visare. Nemulțumiți de realitatea obiectivă, încearcă să o depășească, să evadeze din ea, una din căi fiind **visul**. Parafrazîndu-l pe V. Hugo cu: „Ecolul sonor al veacului său, poetul trebuie să fie și **călăuza** acestuia spre ideal”, **profesorul** de limba și literatura română trebuie să fie **călăuza** elevilor săi spre a-și îndeplini visul. Ocolind ceea ce este trecător, el urmează să le arate marele drum spre ideal. Astfel stînd lucrurile, elevii evadează din prezent în trecut sau în viitor, din spațiul cunoscut spre unul fără contururi clare imaginate de scriitorii romantici. Materialul cursului poate să urmărească, pentru secvența respectivă, creațiile literare ale unor scriitori romantici. Pentru această secțiune ne-am oprit la:

- romanul „Henrich von Ofterdingen” de Novalis și poemul „Floare albastră” și nuvela „Sărmanul Dionis” de M. Eminescu;
- drama „Cain” de G. Byron și poemul „Lucefărul” de M. Eminescu;
- poemul „Noapte de decembrie” de Al. Macedonski și „Mistrețul cu colți de argint” de Șt. A. Doinaș.

Elevii pot afla cum în basm și în vis, Novalis găsește lumea perfectă pentru a trăi. El se cufundă în mit și o dată cu sine purcedem și noi în această aventură. Elevilor li se solicită să pornească alături de protagonistul romanului, Henrich, un alter ego al artistului, în călătoria descoperirii „florii albastre”. Metoda folosită este visul. Eroul romantic zărește floarea în vis și de atunci este atras neconștient de această împărăție de glasuri din sufletul său: „Mi-e dor să văd floarea albastră. Ea îmi stăpînește veșnic gîndurile, și nu pot să scriu sau să cuget despre altceva”.

Un alt exercițiu pe aceeași temă ne este prilejuit de Eminescu care, aflat și el în căutarea „florii albastre”, ajunge la concluzia: „...totuși este trist în lume”. Elevii pot să dezbată problema: de ce poetul a ajuns la această concluzie.

Pentru a doua propunere – Byron și Eminescu – sarcina de lucru vizează o comparație: zborul lui Cain însoțit de Lucifer în „genuna văzduhului” și cel al Lucefărului, care zboară în spațiul intergalactic spre Demiurg, în dorința de a obține de la acesta dezlegarea de nemurire.

„Cain” – Byron	„Lucefărul” – Eminescu
„Lucifer” „Să ne-avîntăm și Să plutim Pe aripile noastre tari și mîndre. Cain Ah, cum tăiem azurul! Stele-mii Rămîn în urma noastră. Dar pămîntul?”	„Porni Lucefărul. Creșteau În cer a lui aripe, Și căi de mii de ani treceau În tot atîtea clipe. Un cer de stele dedesubt, Deasupra-i cer de stele –

<p>Pământul unde-i? Fă să-l pot vedea; Căci sînt din el făcut Lucifer E hăt, departe, Mai ne-nsemnat în univers ca tine. Parcă scad, fugind, Luminile, de mine. Pîn-acum, Pe cît ne-apropriem, creșteau mereu Ca niște lumi. Ce stranie-i lumina! Nici urmă nu-i de soare, lună, stele, Ba chiar și-albastru-mpurpurat al nopții Se schimbă-ntr-un amurg posac și totuși Eu văd gigante forme-ntunecate Asemenea unor ape uriașe Cu brîie de lumină-nscrise, lumi Care-n plutirea lor, mi se părea Că seamănă adesea cu pământul.”</p>	<p>Părea un fulger ne-ntrerupt Rătăcitor prin ele. Și din a haosului văi, Jur împrejur de sine, Vedea, ca-n ziua cea dintâi, Cum izvorau lumine; Cum izvorînd îl înconjur Ca niște mări, de-a-notul... El zboară, gînd purtat de dor, Pîn pierde totul, totul; Căci unde-ajunge nu-i hotar, Nici ochi spre a cunoaște, Și vremea-ncearcă în zadar Din goluri a se naște. Nu e nimic și totuși e O sete care-l soarbe, E un adînc asemene Uitării celei oarbe.”</p>
--	--

Elevilor li se solicită să comenteze cele două tablouri înfățișînd călătoria eroilor.

O altă călătorie, la care elevii sînt invitați să participe, este cea oferită de două ființe superioare însetate de absolut. Prin intermediul visului, acestea au posibilitatea transcenderii. Viziunea înșelătoare a Mekăi, pe care o are Emirul, în vis, în poemul „Noapte de decembrie”, și cea a „mistrețului”, pe care o are poetul în „Mistrețul cu colți de argint”, înseamnă un sfîrșit, urmat de un nou început: un sfîrșit al unei existențe tragice închinată unui ideal: „Dar visu-i nu este vis omenesc/Și poamele de-aur lucesc – strălucesc –/Iar alba cetate rămîne nălucă”; un nou început, deoarece în cadrul acestui vis, Emirul transcende vieții pămîntești pătrunzînd în Meka cerească. Emirul își urmează idealul pînă la moarte, fără a se abate de la etica sa de om superior. Meka rămîne simbolul perfecțiunii. Mirajul cetății preasfinte devine o obsesie. Cetatea sfîntă îl cheamă pe Emir, cerîndu-i simțirea și ființa, ca în orice act de creație perfectă. Ea reprezintă simbolul idealului greu de atins; ființa umană este nevoită să conștientizeze, lucid, tragismul existenței, simbolizat în poem de „pustia” plină de jar. Tot în această călătorie, elevii au posibilitatea să descopere un mesaj etic, să discearnă între bine, simbolizat prin imaginea Emirului care alege calea cea „dreaptă”, și răul, simbolizat prin imaginea lui pocitan care alege calea „ocolită”.

Prin intermediul visului, imaginația cunoaște o formă maximă de libertate. Astfel, elevii vor putea face călătoria pe care și-o doresc, împlinindu-și visul.

O altă tehnică aplicată cu succes în stimularea creativității elevilor, a interesului pentru învățare și care ar putea facilita „transferul” lor într-o lume nouă este cea

a **călătoriei prin intermediul culorilor**. Culoarea reprezintă un pas important spre cunoașterea lumii și în special spre cunoașterea de sine. Prin urmare, această tehnică ar putea reprezenta și un pas în dezvoltarea imaginației, a creativității în materie de proză și vers. Ea poate fi aplicată la începutul lecției, pe parcursul acesteia și chiar la evaluare, cînd elevii vor aprecia răspunsurile corecte prin cartonașe de culoare verde, iar răspunsurile incorecte – prin ridicarea cartonașelor galbene. Exercițiile solicitate elevilor pot fi formulate astfel:

- să releve ce culoare predomină în lumea în care au ajuns și ce stare le transmite: roșul = pasiune, apus/răsărit de soare; căldură; inimă etc.
- să își aleagă culoarea cu care să coloreze o coală albă, păstrată în față atîta timp cît durează concentrarea lor la actul de creație, și care să reprezinte, să corecteze starea de spirit în care ei se află.

Combinăția de culori din punctul de vedere al reușitei performanței în procesul de învățare este prezentată în cartea lui P. Mureșan „Culoarea în viața noastră”. Din conținutul ei aflăm că anumite culori precum roșul, verdele și galbenul „stimulează memoria, facilitează o mai bună reținere, accelerează învățarea, ...măresc de 2-3 ori viteza de identificare și recunoaștere a elementelor esențiale ale textelor de învățat prin controlul cromatic creat între acestea și fond” (P. Mureșan, 1987, pag. 75). De asemenea, culorile au putere de influențare asupra stărilor fiziologice ale organismului, proceselor psihice și stării noastre afective (P. Mureșan, 1987, pag. 22).

În concluzie, utilizarea eficientă a culorilor în actul de creație are următoarele efecte: „Sporește calitatea și

randamentul muncii intelectuale; creează o stare de confort psihic, înviorează și bună dispoziție; asigură diminuarea oboselii intelectuale și deconectarea nervoasă; facilitează percepția vizuală, concentrarea atenției și memorarea; dezvoltă imaginația și gândirea creatoare; sporește gradul de receptivitate, înțelegere și asimilare a cunoștințelor de către cei ce învață” (P. Mureșan, 1987, pag. 76).

Elevilor li se solicită să determine rolul culorilor în creația literară. Astfel, elevul-călător descoperă terenul fertil pentru acestea reprezentat în operele simbolistilor. De exemplu, în unul din sonetele poetului simbolist Rimbaud, intitulat „Vocale”, atestăm că fiecare vocală evocă o anumită culoare și o anumită ordine de imagini și sentimente:

„A – negru, E – alb, I – roșu, U – verde, O – de-azur”.

Ca exercițiu propunem discutarea unei poezii din culegerea „Iluminările” și a poeziei „Noapte de decembrie” de Macedonski. Bagdadul este pictat în culori ce creează o stare de spirit optimistă: sălile sînt albe/albastre, bolțile sînt de argint și de azur, lumea este vie, viața este dulce. La rîndul său, „calea dreaptă” stă sub semnul focului: „Și foc e în aer, în zori și-n amurg”, al „flăcărilor de soare” și al singelui. Dominantă este culoarea roșie, simbol al vieții, dar și al patimii dusă la extrem, patima de a ajunge la Meka, devenită, în afara visului, doar o „năluca sublimă”.

O altă tehnică utilizată pentru călătorie este bazată pe **muzică**. Ea eliberează și descătușează suflete și energii. Scriitorii sînt iremediabil atașați de muzică. Shakespeare include în textele sale momente muzicale. La Baudelaire cuvîntul este analog cu limbajul exprimat de Wagner. La Proust muzica reușește să recupereze din frumusețile distruse de timpul pierdut. G. Bălan declară despre Călinescu: „Muzica vibra în el tot timpul” (G. Bălan, 1975, pag. 121). În cazul Hortensiei Papadat Bengescu, muzica lui Bach este un adevărat pretext romanesc.

Una dintre caracteristicile de bază ale poeziei simboliste este căutarea muzicalității, aceasta fiind obținută prin ritmuri și rime perfecte, prin repetiția obsedantă a unor cuvinte sau a unor anumite vocale. Un poet simbolist care acordă o mare importanță efectelor muzicale ale versurilor este P. Verlaine. Repetiția de cuvinte, utilizarea refrenului sau a vocalelor din culegerile „Serbări galante” și „Romanțe fără cuvinte” îl transportă pe călătorul-cititor în lumi nebănuite și îi prilejuiește trăiri speciale.

Exercițiul la această temă aduce față în față doi poeți simbolști. Elevii sînt solicitați să compare efectele sonore dintr-o poezie de G. Bacovia cu cele din poezia lui Verlaine.

Alături de culoare și muzică, **mirosul** reprezintă un alt stimulent pentru creativitatea elevilor. De la parfumul natural al plantelor, în special al florilor, la parfumul produselor cosmetice, toate pot să-l „trans-

porte” pe elevul-călător pe un tărîm ideal, capabil să-l facă fericit. Un anumit miros/parfum îi va sugera asocieri cu muzica, poezia sau cu pictura. Exercițiul presupune „testarea” diferitelor arome de flori precum: liliac, lăcrimioară, trandafir, tei, iasomie, mușețel, elevul imaginîndu-și cum ar arăta un spațiu îmbibat de una din aceste miresme.

Principiul corespondențelor între senzații este fundamental în poezia simbolistă, autorii urmărind să provoace senzații de ordin diferit: olfactive, tactile, gustative, auditive și vizuale.

CĂLĂTORUL ȘI EDUCAȚIA LINGVISTICĂ

Călătoria în lumea lingvistică ne prilejuiește incursiuni deosebite, călăuză profesor recurgînd la câteva popasuri: călătoria corespondențelor cuvintelor în lumea artelor; călătoria formării de cuvinte; călătoria comparațiilor; călătoria metaforelor; călătoria personificării ș. a.

Astfel, aflăm că termenii de specialitate din orice domeniu au pătruns în limba uzuală printr-o călătorie inedită, în urma căreia au suferit o metamorfoză semantică atît de desăvîrșită încît originea lor literară sau muzicală nu mai transpare. Elevii vor fi călăuziți să descopere că între literatură și muzică există o reală corespondență, care l-a determinat pe S. Stati să afirme în lucrarea „Călătorie lingvistică în țara muzelor” că destinele cuvintelor și notelor sînt asemănătoare. Drumul parcurs urmărește algoritmul: se pornește în călătorie de la un lucru arhicunoscut: se știe că de-a lungul timpului s-au format termeni noi prin contopirea a două sau, mai rar, a mai multor cuvinte, cum ar fi cele care compun termenii *tragicomic*, *meloman*, *tragedie* sau *polifonie*.

Un alt exercițiu vorbește despre **corespondențele** ce se pot stabili între aceste domenii. Astfel, *contrapunct* îi sugerează unui cititor un titlu de roman de A. Huxley, Hortensiei Papadat Bengescu – o tehnică de structurare a firului narativ, iar unui meloman – un concept fundamental din teoria muzicii. O definiție de la 1412 a contrapunctului ni-l menționează că acesta reprezintă executarea concomitentă a unor melodii diferite care dau o combinație plăcută, concordantă. Termenul a fost lansat de muzicieni la sfîrșitul secolului al XIV-lea cu formula completă: „punctum contra punctum”. Explicația ar fi că notele muzicale și melodiile intonate simultan arătau ca o serie de puncte. Fiecărei note din melodia întîi îi corespunde cîte o notă din melodia secundă: „notă contra notă”.

Călătoria lingvistică ne prilejuiește întîlnirea cu tărîmurile pe care au luat naștere cuvinte precum *leitmotiv*. La finalul drumului putem declara că termenul provine din elementele germane *leiten* (a conduce) și *motiv*, care au generat inițial constituirea termenului muzical „Leitmotiv”, adică motiv conducător. În muzică, termenul reprezintă o temă sau o formulă muzicală caracteristică, o scurtă înlanțuire de note zugrăvind un personaj dintr-o operă,

dintr-un balet etc. Laitmotivul se aude de câte ori intră în scenă sau este pomenit personajul respectiv. Sînt cunoscute laitmotivele wagneriene din „Tetralogia Nibelungilor”, bunăoară termenul a fost preluat și în literatură. În poemul „Noapte de decembrie” epitetul „dreaptă” devine laitmotiv și este folosit de poet pentru a avertiza cititorul că eroul optează pentru un drum cu final tragic. Tetralogie este tot un cuvînt compus: *tetra*, care vine din grecescul „patru”, și *logos*, adică „vorbit”. Tetralogiile sînt opere muzicale alcătuite din patru diviziuni (în literatură există trilogii, formate din trei părți).

Un alt joc în această călătorie poate fi prilejuit de cuvîntul compus *quiproquo*-ul, la bază avînd trei forme latinești: *quid + pro + quod*. Termenul reprezintă numele unui procedeu comic care, tradus, ar însemna „ceva pentru ceva”. În literatură, termenul trimite la o încurcătură amuzantă provocată de o substituție de personaje în care unul e luat drept altul. Elevii sînt solicitați să descopere *quiproquo*-uri în „Comedia erorilor” a lui Shakespeare și în comediile lui Caragiale „D-ale carnavalului” și „O noapte furtunoasă”.

Jocul comparațiilor este o altă tehnică menită să deschidă/trimită imaginația elevului spre alte lumi prin intermediul termenului magic **ca**:

- Călătorie **ca** o muzică;
- Călătorie repede **ca** fulgerul;
- Călătorie întunecată **ca** noaptea;
- Călătorie veselă **ca** primăvara;
- Călătorie **ca** la 20 de ani.

Jocul metaforei ar putea să ne sugereze răspunsuri precum:

- Călătorie în lumea necuvîntătoarelor;
- Călătorie pe 16 milimetri;
- Călătorie inițiativă;
- Călătorie în lumea de dincolo.

Jocul personificării ne poate conduce la următoarele combinații:

- Călătorie: veselă, tristă, blîndă, vorbitoare, măiastră, tăcută, tainică, visătoare, ipocrită, îndrăgostită, cu inimă etc.

CĂLĂTORIA ÎN LUMEA CĂRȚII

Destinația călătoriei poate fi și **cartea**. Aceasta poate avea numeroase valențe simbolice, de la Cartea Cărților, *Biblia*, și pînă la cea care încă nu s-a scris și pe care viitorul o așteaptă de la noi: cunoașterea propriului eu și a realității exterioare; aflarea tainelor și rosturilor zămislite de Dumnezeu; descifrarea poetică a realității; imaginarea unei lumi perfecte și stabile; descifrarea enigmei vieții; promisiunea schimbării.

CĂLĂTOR ȘI CĂLĂTORIA ÎN/PRIN SINE ÎN LUMEA ARTEI PLASTICE ȘI LITERARE

Abordăm călătoria în/prin **sine** din două perspective: sub forma **autoportretului** din pictură și sub cea a

discursului autobiografic din literatură: jurnalul. Intenția de a trata un subiect interdisciplinar are drept scop ideea surprinderii mecanismelor intime care generează imaginea narcisistă, precum și relațiile posibile ce ar putea susține un studiu fondat pe dialogul real al artelor picturală și literară. Pentru exemplificare, recurgem la autoportretele pictorului Șt. Luchian și la textele de factură autobiografică ale lui I. Negoșescu, reunite în volumul „Ora Oglinzilor”. La întrebarea „Cum se poate configura eul? Cum ajungi să-l cunoști?” I. Negoșescu răspunde: „Azi se împlinesc un an și o lună de cînd am început să-mi scriu Jurnalul”.

Circumscriind cele două tipuri de discurs – imagine și text – descoperim aceleași problematici ale eului creator care se obiectivează într-un artefact spre a se putea cunoaște, dar și spre a putea fi cunoscut de către ceilalți. Călătoria ne îndreaptă pașii spre punctul în care putem cunoaște felul de configurare a eu-urilor. Pentru a picta sau a scrie un text autobiografic, artistul desemnează o voce, alege un ton, un registru al discursului, încearcă să își definească lectorul și raporturile cu acesta. Ambele discursuri autobiografice, imaginea (autoportretul) și textul (jurnalul) se află la intersecția a două întrebări: este eul origine sau țel al mărturisirii? Specialiștii ne trimit la următorul răspuns: eul este *cauză* în măsura în care dorește o denudare revelatorie a propriei identități și *scop* pentru că intenționează o mișcare auto-revelatorie a sinelui. El se configurează printr-o dublă raportare ce ține de interioritatea și exterioritatea produsului cultural obținut.

În cazul lui Negoșescu, identitatea se naște din egalitatea narator-personaj. Afirmîndu-și capacitatea de a se scinda în observator și observat, Negoșescu își definește situația de eu aflat la ora oglinzilor: „...am dobîndit ceva de care pot să fie invidioși toți oamenii acestui pămînt. E posibilitatea de a mă despărți în două: în piatră și sculptor. Sînt în același timp modelatorul și materia brută pe care o modelez” (I. Negoșescu, 1997, p. 49). În „Ora Oglinzilor”, Negoșescu ni se oferă la vîrsta de 16 ani. Scrutîndu-se programatic de orice sentimentalism, în fragmentaritatea ce domină jurnalul său, autorul își construiește, prin sine ca narator, ființa. Adolescentul Negoșescu se configurează ca persoană din suma de acte și gesturi pe care le înfăptuiește. El este un produs al voinței sale hrînită de o ambiție nemăsurată de a deveni. Această “devenire controlată” la care se supune subiectul vine dintr-o tendință de justă autoapreciere. Negoșescu se distanțează sensibil de imaginea unui banal adolescent prin sobrietatea preocupărilor și fermitatea cu care se ia pe sine în serios. Dincolo de lecturi, impresionate prin varietate și cantitate, filme vizionate, activități școlare sau intelectuale, el încearcă să se înțeleagă. “Nici eu nu mă mai înțeleg” este trădarea unei temeri de a nu fi acel mare om pe care îl visează pentru sine. Gîndind mai ales prospectiv, tînarul își expune identitatea prezentă doar

pentru a trimite la ființa sa viitoare. La finalul călătoriei am putea afirma că Jurnalul îl inventează pe Negoitescu, așa cum ar vrea să devină, prin prisma unui adolescent ce încă este. El își disecă individualitatea spre a identifica categoriile personalității ce atestă dimensiunea superlativă a eului său. Valorizări precum „geniu”, „glorie” țin la el – mai mult decât de un teribilism al vârstei orgoliilor – de o pragmatică a concepției de viață: „Ceea ce am visat și visez totdeauna e gloria. În vederea cuceririi ei, găseșc forța de a lucra în continuu, convins că ceea ce lucrez e de valoare – altfel n-aș mai lucra”.

Se poate solicita elevilor o paralelă între Jurnalul lui Negoitescu și cel al lui T. Maiorescu. Elevii-călători pot descoperi în paginile jurnalului maiorescian cum a ajuns acesta creator de cerc literar, că imensa personalitate a criticului se putea observa încă de la 17 ani. De atunci manifesta abilități de pedagog, având capacitatea de a urmări, evalua și corecta „traseele” unor colegi de școală din Viena, în fața cărora a reușit să depășească în scurt timp un mare handicap generat de necunoașterea la perfecțiune a limbii germane și să termine ca șef de promoție: „Rechttemberg este un băiat plin de spirit”, dar „cam obrăznicuț”. Tegetthoff e „o fire aspră, respingătoare privită din afară, dar lăuntric însuflețit de o mare ardoare științifică”. Din Armin Lohner „cap bun” sînt șanse să iasă „ceva”, la rîndul său L. Ozegovic este „un gentilom, un patriot integru, aspru; cînd și cînd teoretician al legării de tradiție, ceea ce însă lui, lucru curios, nu-i stă rău”. Impresionant și stimulatîv ar putea fi cunoașterea conținutului Jurnalului din 31 decembrie 1857. Vîrstă și mai ales ziuă, care pentru mulți adolescenți poate să însemne pledoarie doar pentru distracție, pentru tînărul Maiorescu este ora bilanțului acumulărilor de ordin spiritual și a proiecțiilor pentru dezvoltarea ulterioară: „De cea mai mare însemnătate pentru orientarea mea științifică a fost inițierea în filozofie. Ea m-a dus să năzuiesc... spre cea mai bună formulare a cugetării, spre adevărata exprimare, fără greșeli...”.

Călătorind prin lumea tablourilor lui Luchian, descoperim că subiectul ales să reprezinte lucrările sale este chiar propria ființă, dar că pictorul se desparte de sine pentru a se regăsi în distanțarea artist-model. Denumirea generică, aproape unanim folosită de el pentru a-și intitula tablourile ce-i redau figura – „Autoportret”, rămîne dovada separării pictorului în narator al propriului chip și personaj al confesiunii vizuale. Deși apelează de cele mai multe ori la semnătura pusă în imagine, Luchian are totuși cîteva autoportrete nesemnate, printre care și cel mai cunoscut – „Un Zugrav”. Lipsa numelui primește valoarea unei interdicții, pe care artistul și-o impune cu scopul de a-l conduce pe privitor la o epifanie; abătînd atenția receptoare de la însemnul autenticității, el o canalizează înspre figura reprodușă, înspre eul ce se vrea descoperit și înțeles.

CĂLĂTORUL AFLAT ÎNTRE CĂLĂUZĂ ȘI OBSERVATOR

Orice călătorie necesită un efort constructiv de mobilizare și punere în valoare a capacității omului de a visa la diverse lumi și timpuri. Diversitatea lumii este determinată de acțiunea contrariilor de genul: întuneric și lumină, mișcare și repaus, stînga și dreapta, bază și acid, pozitiv și negativ, simpatie și antipatie, iluzie și realitate, artă și viață, impresie și autenticitate, simetrie și diformitate.

Psihologii susțin că **Eul este dispus** să se confrunte cu toate aceste dihotomii dintr-un motiv puternic: **căutarea/nevoia celuilalt**. Celălalt, fie el individ sau grup, reprezintă instanța referențială în viața fiecăruia dintre noi și însoțitorul nostru nemijlocit în cadrul unui destin în care sensul **drumului/călătoriei** și miza acesteia se construiesc doar în condițiile prezenței sale – reale sau imaginare. Explicația practic o găsim în teoria piagetiană despre evoluția personalității umane în context social, în care partenerul de relație antropologică e de neînlăturat. În evoluția ontologică, începutul constituie pentru ființa nou intrată în lume un continuum, un univers de simboluri și reprezentări centrate pe sine ca pe un întreg nedespărțit de lume. Toată lumea fizică și afectivă cu elementele ei este reunită, este parte a unui sine acaparator pînă în jurul vârstei de un an, cînd se produce despărțirea. Ceea ce era pînă acum întregul cu care copilul se identifica, se destramă în elemente particulare. În acest moment celălalt, adică părintele – mamă sau tată – devine separat de sine. **Eul își începe călătoria într-un destin particular, dar mereu întreșut cu destinul celuilalt** (spațiul mioritic). Treptat, subiectul ajunge să-l descopere pe celălalt, mereu altfel, să dialogheze într-un joc al semnificațiilor valorilor sociomorale, să se compare cu el și, nu în ultimul rînd, să se privească cu ochii lui (J. Piaget, 1974).

În ceea ce privește mediul literar, explicăm raportul dintre sine și celălalt prin adaptarea unei teorii ce aparține lui F. Allport potrivit căreia, atunci cînd efectuează o activitate, ființa nu este singură, ci dimpotrivă secondată de:

1. un „public martor” (audiență), în care ceilalți sînt reuniți într-un grup spectator sau
2. „public de co-acțiune”, în care celălalt participă alături de subiect la realizarea sarcinii.

Concluzia la care a ajuns Allport este următoarea: în condițiile prezenței unei audiențe, comportamentul subiectului suferă modificări semnificative față de condiția acțiunii izolate.

Părerile specialiștilor referitor la rezultatul și performanțele subiecților puși în situația de a lucra în prezența celuilalt, sînt împărțite. Astfel, în timp ce unii autori, între care și Allport, susțin că prezența „celuilalt” contribuie la o sporire a performanței individuale, alții, inclusiv J. Dashiell (1930) și J. Pessin (1933), afirmă că

subiecții care se abat de la regulă obțin rezultate superioare și că atât publicul martor cât și coautorii determinau o diminuare a performanței subiecților, mai ales atunci când sarcinile erau mai complexe. La rîndul său, autorul american R. Zajonc (1965) susține că prezența altor persoane implică o creștere a neliniștilor, generînd deopotrivă anxietate, dar și o concentrare asupra sinelui, subiectul fiind interesat în conturarea unei imagini de sine pozitive. În termenii psihologiei experimentale, „celălalt” determină o sporire a excitației, iar în ocurență, aceasta întărește răspunsul dominant. Dacă este **corect**, prezența „celuilalt” duce la sporirea performanței și, dimpotrivă, are ca rezultat o deteriorare a performanței, atunci când răspunsurile sînt **incorecte**, așa după cum se poate observa din Figura 1.

Prezența celuilalt ca și	STIMUL	RĂSPUNSURI	CORECTE	Performanța în sarcină CREȘTE
Public - martor			INCORECTE	Performanța în sarcină SCADE
Coautor				

Figura 1 (adaptat după A. Gavreliuc, apud R. Zajonc, p. 35)

Pentru ora de literatură avînd ca temă „călătoria”, sarcina cerută elevilor poate fi aceea de a nota pe o coală de hîrtie numărul maxim de asociații care le vin în minte în legătură cu o serie de cuvinte precum: călător, călătorie, drum, inițiere, carte etc. (familie de cuvinte sau cîmp lexical). Unui alt grup de elevi li se poate propune să redacteze scurte pasaje argumentative care să reunească toate punctele de vedere prin care își exprimau acordul/dezacordul față de un text de referință, constituit din scurte pasaje aparținînd unor autori români, care fac trimitere la tema „călătoriei” („Ciulinii Bărăganului”, P. Istrati).

Drumul spre carte necesită atribute care îl determină pe călătorul-cititor să-și recapete, așa cum spunea M. Eliade, sacralitatea pierdută în urma săvîrșirii păcatului original.

Călătoriile urmăresc obiective diferite și presupun obligatoriu existența unor călători. R. Enescu face o clasificare a tipurilor de călători și distinge între: *pelegrin*, *misionar* și *explorator*. Obiectivul peregrinului este să se întoarcă acasă, spre deosebire de pelegrin, care urmărește atingerea pămîntului sfînt sau posternarea în fața lucrurilor sacre. Misionarul este un peregrin cu scopul permanent de a racola prozeliți, permițîndu-și uneori să cadă în extaz în fața peisajelor insolite. Autorul consideră că întreaga filozofie europeană modernă „este ispitită de gustul aventurii, pătrunsă de simțul riscului, impulsivă de curiozitatea de a explora și anexa zone inaccesibile ale realității. Filozofii europeni sînt obsedați de depășirea tautologiei, cu alte cuvinte de noutate. Pentru ei, „adevărați peregrini spirituali, primordiale sînt nu soluțiile, rezultatele, punctul terminus, ci punerea problemei, investigația ca acțiune, calea, drumul, itinerarul” (R. Enescu, 1985, pag. 9-12). Cei ce călătoresc în trecut sînt considerați peregrini spirituali. Ei reiau întrebări și probleme pe care umanitatea și le-a pus de-a lungul timpului, încercînd să formuleze o anumită perspectivă integratoare în domeniul cunoașterii. De aici rezultă funcția primordială a cărții: cognitivă. Acestea i se adaugă o alta, la fel de importantă: aceea de a provoca emoții și uimire în fața descoperirii făcute.

Cartea este un simbol al legilor care guvernează materia, legi în care transpare prezența lui Dumnezeu, cel pe care trebuie să-l căutăm mereu. Iar în ceea ce ne privește, parafrazîndu-l pe R. Enescu, sîntem peregrinii care am acceptat problema, am făcut investigația, deschizînd astfel calea și v-am propus itinerarul ...

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. Bălan, G., *Mică filozofie a muzicii urmată de: pînă la; hotarul dintre muzică și cuvînt*, Editura Eminescu, București, 1975.
2. Gavreliuc, A., *O călătorie alături de „celălalt”*. Studii de psihologie socială, Editura Universității de Vest, Timișoara, 2002.
3. Gheorghiu, Vl.; Ciofu, I., *Sugestie și sugestibilitate. Aspecte psihologice și psihofiziologice*, Editura Academiei, București, 1982.
4. Enescu, R., *Ab urbe conditia. Eseuri despre valoarea omului și umanismul valorilor*, Timișoara, 1985.
5. Mureșan, P., *Culoarea în viața noastră*, Editura Ceres, București, 1987.
6. Piaget, J., *Studii de psihologia dezvoltării*, 1974.
7. Stati, S., *Călătoria lingvistică în țara muzelor*, Editura Științifică, București, 1967.
8. Tocarczuk, O., *Călătoria oamenilor cărții*, Editura Polirom, Iași, 2001.

Recenziți:

Vlad PÂSLARU, dr. habilitat în pedagogie
Svetlana CHIȚU, dr. în pedagogie

Tatiana **TURCHINĂ**

Universitatea de Stat din Moldova

Natura bolilor și prevalența acestora s-a modificat în ultimele decenii, cauze de deces fiind, în special, afecțiunile cardiovasculare și infecțioase, cancerul. Modificările sociale și economice îi impun individului un nou stil de viață în care sedentarismul, supraalimentația, fumatul, consumul de băuturi alcoolice, suprasolicitarea profesională devin comportamente comune. Conform cercetătorilor L. Green și J. Ottoson (1994) stilul de viață, ca unul din factorii determinanți ai sănătății, are ponderea de 51%. Din acest motiv, promovarea unui stil de viață care să maximizeze, în limitele unor condiții date, sănătatea, starea de bine și împlinirea umană trebuie să reprezinte obiectivul fiecărui cetățean, de la mic la mare. De aceea, în 1986 Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a definit *promovarea sănătății* drept “un proces complex în care individul are posibilitatea să se dezvolte, să-și controleze și să-și perfecționeze propria sănătate” (Rîșcanu, 2001).

Pornind de la înțelegerea aprofundată a comportamentelor pro sănătate, dar și a factorilor de risc, a sănătății ca stil de viață, diverși specialiști (medici, psihologi etc.) au delimitat un nou domeniu de studiu – **psihologia sănătății**. Acesta vizează “cultura prevenției” bolilor și are drept obiective:

- promovarea și menținerea sănătății;
- prevenirea și tratarea bolilor;
- identificarea cauzelor și corelativelor sănătății, dar și ale afecțiunilor;
- îmbunătățirea sistemului medico-sanitar și consolidarea interesului pentru sănătate (Rîșcanu, 2001).

Promovarea și menținerea sănătății se realizează prin **educația pentru sănătate**. Dezvoltarea programelor speciale în școală și comunitate este esențială pentru formarea unor valori pozitive față de sănătate, a unor atitudini și convingeri constructive cu rol important în prevenția tuturor bolilor, inclusiv a celor psihosomatice. Obiectivele majore ale educației pentru sănătate sînt:

- informarea despre comportamentele de risc și de protecție;
- formarea unor atitudini de acceptare a comportamentelor de protecție și de respingere a celor de risc;

Promovarea sănătății prin formarea convingerilor despre sănătate

- practicarea comportamentelor de promovare și menținere a sănătății și de evitare a riscului de îmbolnăvire;
- întărirea comportamentelor sănătoase; propagarea în comunitate și mass-media a unui stil de viață sănătos.

În acest sens, psihologia sănătății asigură modele explicative care servesc drept fundament teoretic în elaborarea strategiilor de promovare și menținere a sănătății.

Prezentăm în continuare câteva modele care, în fond, se bazează pe teoria cognitiv-comportamentală a personalității.

1. MODELUL CONVINGERILOR DESPRE SĂNĂTATE

(*Health Belief Model – HBM*)

Modelul dat a fost dezvoltat pentru a explica modul de formare a comportamentelor relaționate cu sănătatea. Conform acestuia, un comportament se cultivă prin evaluarea de către individ a două componente:

- a) *Percepția amenințării bolii sau comportamentului de risc*, determinată de informațiile pe care un tînăr le are despre acel comportament sau boală, este influențată de trei factori:
 - valorile generale privind sănătatea (*Sînt preocupat de sănătatea mea*);
 - convingerile privind vulnerabilitatea la o anumită boală (*Mama mea este supraponderală, de aceea și eu voi fi supraponderală*);
 - convingerile despre consecințele bolilor (*Dacă voi avea cancer pulmonar, voi muri*).
- b) *Costurile și beneficiile comportamentului*. Evaluarea acestora reprezintă un factor important în formarea atitudinii față de comportamentele protectoare și de risc, în luarea unei decizii adecvate pentru adoptarea unui stil de viață sănătos. Aceste “costuri” sau consecințe pot fi materiale (*Nu am bani să frecventez o sală de sport*) sau psihologice (*Dacă practic sportul, nu voi avea timp să stau cu prietenii mei*) (Băban, 2001).

2. COMPORTAMENTE ȘI ATITUDINI FAȚĂ DE SĂNĂTATE

Atitudinile îi ghidează pe oamenii spre un comportament pozitiv față de sănătate sau, dimpotrivă, spre unul negativ. Comportamentele față de propria sănătate se pot rezuma la 5 tipuri de credințe/atitudini (Hochbaum, 1958; Rosenstock, 1966; Bandura, 1986; Rogers, 1984; Weinstein, 1993):

- valorile generale despre sănătate, incluzând un anumit interes și o anumită grijă pentru sănătate (*Mă îngrijorează sănătatea mea*);
- percepția conform căreia amenințarea sănătății de către o tulburare sau boală este un fenomen grav (*Dacă mă îmbolnăvesc de cancer, mor*);
- credința în propria vulnerabilitate față de o anumită boală (*Fumînd mă pot îmbolnăvi de cancer pulmonar*);
- credința că anumite măsuri pot fi eficiente pentru a îndepărta cauzele (*Dacă renunț la fumat, nu mă îmbolnăvesc de cancer pulmonar*);
- credința că propriul organism poate reacționa (*Pot să mă las de fumat*).

Aceste credințe însă trebuie să-și “găsească locul și persoana”. De regulă, oamenii își creează destule credințe și raționamente care îi împiedică să practice un anumit comportament favorabil sănătății. Astfel, fumătorul poate decide că e prea greu să renunțe la țigări – vorbim de o eficacitate redusă. Sedentarul poate crede că exercițiul fizic nu va reduce riscul unei anumite boli – avem de a face cu o reactivitate redusă. Obezul ar putea să nu-și dea seama că greutatea excesivă constituie, de fapt, o amenințare pentru sănătate – el are o percepție redusă a amenințării.

Cercetările din domeniul psihologiei sănătății cu privire la atitudinile față de sănătate ne demonstrează tot mai mult relația dintre convingeri/atitudini și comportament. Acest lucru permite pronosticarea comportamentului în funcție de convingerile individului, precum și modalitățile prin care poate fi schimbat. Teoretic, mesajele persuasive care sporesc sentimentul de vulnerabilitate o dată cu creșterea celui de eficacitate și reactivitate îi pot convinge pe oameni să-și modifice comportamentul în direcția necesară.



Una dintre strategiile programelor „Educației pentru sănătate”, lansate de diverse organizații internaționale și implementate de organizații nonguvernamentale din Republica Moldova, a vizat atragerea cât mai multor persoane (în special copii și tineri) prin intermediul seminariilor și training-urilor informative. Obiectivul major l-a constituit reducerea morbidității, prevenirea comportamentelor de risc și formarea unui stil de viață sănătos. În același timp, am fost martorii mesajelor televizate sau radiofonice care ne îndemneau să consumăm mai multe produse naturale, să facem eforturi pentru a reduce colesterolul sau să renunțăm la fumat.

Ce impact au aceste mesaje? Din nefericire, evaluarea efectuată de specialiști (Atkin, 1979; Lau, Kane, Berry, Ware și Roy, 1980) indică un succes mai degrabă limitat. Se pare că informatizarea produce modificări în *atitudinile legate de sănătate*, dar nu și în *comportamentul propriu-zis*.

3. LOCUL DE CONTROL AL SĂNĂTĂȚII

Cercetările experimentale subliniază importanța includerii locului de control în studiul prevenirii bolilor psihosomatice ca factor protector al sănătății. Conceptul *loc de control* (*Locus of Control*) (Rotter, 1966) definește modul în care o persoană își explică succesul sau eșecul: prin cauze de tip intern sau extern, controlabile sau necontrolabile. O persoană cu controlabilitate internă este:

- a) receptivă la informațiile utile furnizate de mediu;
- b) preocupată de aptitudinile sale ce determină succesul sau eșecul;
- c) rezistentă la încercările externe de a fi influențată;
- d) aptă de a da dovadă de inițiativă în vederea îmbunătățirii condițiilor de mediu (Rotter, 1966).

Locul de control, reprezentînd o credință, determină o anumită atitudine sau, mai bine zis, dinamica unei atitudini. Astfel, internaliștii sînt indivizii care își schimbă mai ușor atitudinile fără presiunea celor din jur, în timp ce externaliștii se schimbă sub influența persoanelor cu un statut social ridicat și a argumentelor exterioare (C. Băloiu, 1997).

Locul controlului sănătății reprezintă convingerile persoanei în controlul episoadelor de boală. Astfel, unii oameni atribuie starea lor de sănătate propriului comportament (loc intern) sau factorilor externi, mai ales personalului medical (loc extern) sau destinului. Cercetările arată că indicii de sănătate sînt mult mai buni la persoanele care au convingeri ferme în controlul intern al bolii (Wallston & Wallston, 1982, citat de Kristina Harkapaa și colab., 1996). Norman și Bennett (1996) au demonstrat că persoanele care se angajează în comportamente de sănătate pozitive prezintă o controlabilitate internă a sănătății, rezervîndu-i destinului o șansă foarte mică în menținerea sănătății și recuperarea din boală.

Conceptul de localizare a controlului trebuie definit, în contextul psihologiei moderne, ca o autoapreciere privind maniera în care subiectul își asumă rolul de factor determinant în evoluția propriilor evenimente de viață.

CERCETARE

Dat fiind faptul că și în Republica Moldova au fost lansate programe de „Educație pentru sănătate”, ne-am propus să investigăm în cadrul unui studiu convingerile tinerilor despre sănătate și impactul acestora asupra comportamentului. Cercetarea s-a efectuat pe un eșantion de 105 persoane cu vîrsta cuprinsă între 18-23 ani. Din totalul subiecților investigați, 79,2% prezintă loc de control intern al sănătății, 18,8% – loc de control extern, 2,0% pun responsabilitatea sănătății pe seama destinului. Cifrele denotă că mai mult de jumătate din tineri consideră că ei sînt cei care dețin controlul asupra propriei sănătăți. Conform teoriei locului de control, o dată cu înaintarea în vîrstă oamenii manifestă tendința de a adopta o orientare predominant externă. Este un motiv în plus de a fi mai insistenți în educația pentru sănătate a copiilor și tinerilor care manifestă preponderent controlabilitate internă.

Aducem la cunoștință cîteva date care par a fi interesante:

- 64,5% din subiecții interni și 80% din subiecții externi se îmbolnăvesc de două-trei ori pe an;
- 41% din subiecții interni și 25,6% din subiecții externi apelează la medic în prima etapă a bolii;
- 50% din subiecții interni și 43,7% din subiecții externi apelează la medic o dată pe an în scop profilactic;
- 20% din subiecții interni și 38,7% din subiecții externi apelează la medic de două și mai multe ori pe an în scop profilactic.

Aceste date relevă următoarele: persoanele care au responsabilitatea propriei sănătăți apelează la medic o dată cu apariția primelor simptome ale afecțiunii. Faptul că mai mulți subiecți cu loc extern recur la serviciile medicului în scop profilactic se datorează capacității reduse de a-și controla propria sănătate, transferînd, astfel responsabilitatea personalului medical. Ei consideră că realizările medicinei îi va proteja de îmbolnăvire fără să renunțe la comportamentele de risc. Datele de mai sus însă denotă că un număr mai mare de subiecți externi se îmbolnăvesc de două-trei ori pe an.

Conchidem că internalitatea oferă persoanelor sentimentul și siguranța controlului asupra realității, convingerea că își pot menține sănătatea.

Cercetarea și-a propus să evalueze calitatea convingerilor despre sănătate și cauzele bolii. Rezultatele sînt următoarele:

- 79,5% susțin că a fi sănătos înseamnă a fi apt de muncă, activ și a iubi viața;
- 84,5% definesc sănătatea drept echilibru între trup și suflet;
- 59% apreciază relațiile sociale ca fiind importante în sănătate și boală.

Printre cauze ale bolii subiecții au menționat:

- 53% – alimentarea necorespunzătoare;

- 79,9% – factorii genetici;
- 71,8% – sărăcia;
- 55,4% – libertatea excesivă și viciile;
- 71,8% – lipsa exercițiilor fizice și nerespectarea dietei;
- 64,5% – perturbările emoționale;
- 72,7% – infecțiile;
- 67,2% – lipsa banilor.

Unele dintre cauzele expuse sînt de origine socială, altele de origine biologică, dar majoritatea țin de stilul de viață. Putem afirma că tinerii dau vina mai ales pe factorii biologici și sociali, decît pe comportamentele de risc.

Se reliefează o incongruență între convingerile despre sănătate și comportamente. Majoritatea subiecților conștientizează valoarea sănătății și doar jumătate dintre ei apreciază libertatea excesivă și viciile drept cauze ale bolii. O altă tendință pe care am observat-o constă în faptul că în eșantionul investigat predomină subiecți cu controlabilitate internă a sănătății, mai mult de 60 la sută atribuind cauzele bolii factorilor sociali și biologici.

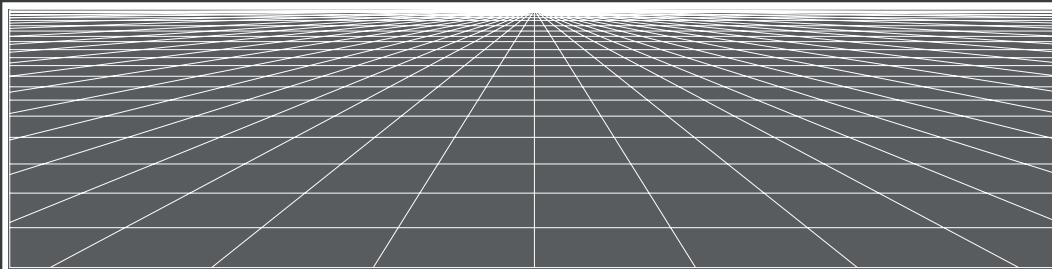
Studiul a scos în evidență că tinerii știu ce reprezintă sănătatea, au încredere în forțele proprii, posedă anumite cunoștințe referitor la factorii protectori ai sănătății, cunosc mecanismul influenței comportamentelor de risc asupra sănătății, dar nu se comportă corespunzător propriilor convingeri.

Aceste concluzii sînt în concordanță cu cercetările ce demonstrează eficiența activităților de *informare asupra riscurilor și de convingere privind schimbarea comportamentului inițial*. Totuși, fără o susținere permanentă, schimbarea este de scurtă durată.

Se impune nu doar informarea, ci și schimbarea de comportamente, cultivarea de deprinderi practice în vederea racordării acestora la convingeri și atitudini sanogene. *Educația pentru sănătate* merită a fi refortificată prin promovarea sănătății de către educatori, profesori, diriginți, psihologi-consilieri, medici. Acest lucru se va solda cu rezultate vizibile și va produce schimbări la nivel de societate doar dacă cei angajați în proces au convingeri favorabile sănătății și se comportă corespunzător. Copiii și tinerii sînt dornici de modele de comportament sanogen. Transformarea începe cu noi...

REPERE BIBLIOGRAFIE:

1. Băban, A., *Consiliere educațională*, Cluj-Napoca, 2001.
2. Lupu, I.; Zanc, I., *Sociologie medicală*, Editura Polirom, Iași, 1999.
3. Moscovici, S., *Psihologia socială a relațiilor cu celălalt*, Editura Polirom, Iași, 1998.
4. Rîșcanu, R., *Psihologia sănătății: de la credințe și explicații la sisteme de promovare a ei*, în *Psihologia la răspîntia mileniiilor*, Editura Polirom, Iași, 2001.



DEZVOLTAREA GÎNDIRII CRITICE



Ludmila **URSU**

Universitatea Pedagogică de Stat "I. Creangă"

Tehnica *Secvențe contradictorii*.

Aplicații pentru etapa *Evocare* în cadrul lecțiilor de matematică în învățământul primar și secundar

Modelul didactic propus de programul *Lectură și Scriere pentru Dezvoltarea Gîndirii Critice (LSDGC)* presupune structurarea lecției în trei etape succesive și reciproc condiționate: *Evocarea, Realizarea sensului, Reflecția*.

Etapa *Evocării* urmărește:

- suscitarea curiozității și interesului elevilor, captîndu-le atenția;
- aruncarea ancorelor prin actualizarea cunoștințelor, evidențierea confuziilor și erorilor posibile, asigurînd accesibilitatea învățării ulterioare;
- conturarea argumentelor pentru necesitatea investigării ce va constitui substanța didactică a următoarei etape a lecției, motivînd pozitiv elevii pentru *Realizarea sensului*.

Una dintre condițiile realizării cu succes a *Evocării* este implicarea plenară a elevilor, care presupune conștientizarea de către fiecare copil a activității cognitive personale și exprimarea rezultatelor acesteia într-un limbaj propriu adecvat. *Evocarea* trebuie să construiască cadrul în care fiecare elev își va da seama care este rostul activității sale la lecție (obiectivele) și că învățarea va fi necesară, accesibilă și captivantă. Conștientizarea obiectivelor va eficientiza învățarea, interesul susținut va stimula procesele cognitive, încrederea în forțele proprii va potența eforturile pentru înțelegere.

Pentru a parcurge un drum (iar învățarea înseamnă un drum, care solicită dorință, activism și insistență) trebuie să vedem limpede punctul de sosire, să fim gata să explorăm, să investigăm modalitățile de deplasare spre acesta, dar, în primul rînd, trebuie să fim conștienți de punctul de plecare. Astfel, în cadrul *Evocării* fiecare elev trebuie să-și clarifice structura inițială de cunoștințe referitoare la un subiect, pe care o va completa cu noi informații, o va corela cu noi idei și o va restructura în cadrul învățării ulterioare. Pentru aceasta nu este suficientă ascultarea profesorului și a răspunsurilor colegilor la întrebările formulate sau luarea de notițe – modalități obișnuite de realizare a etapelor pregătitoare ale unei lecții. Sînt necesare alte tehnici, care ar exclude atitudinea pasivă, lipsa de implicare personală, indiferența față de procesul și succesul propriei formări și al formării colegilor. LSDGC dispune de o gamă variată de asemenea tehnici, printre care și *Secvențe contradictorii (SC)*.

SC este o tehnică potrivită atît pentru modul frontal-individual de organizare a clasei cît și pentru colaborarea în echipe:

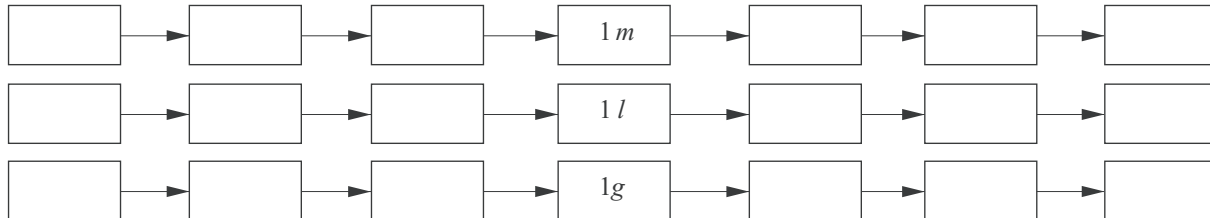
- a) drept material-suport servește, de obicei, un text sau un lanț cauză-efect, care se prezintă elevilor;
- b) se afișează pe tablă (în cadrul abordării frontale) sau se distribuie echipelor (în cadrul învățării prin colaborare) un set de fișe, care includ fapte disparate din materialul-suport;
- c) sarcina elevilor constă în aranjarea fișelor într-o ordine corectă, adecvată contextului abordat (cronologică, determinativă, corelativă etc.);
- d) la final, se face apel la materialul-suport și se evaluează activitatea.

Cel mai simplu exemplu de aplicare a tehnicii SC îl constituie aranjarea în ordine corectă a unor imagini dispartate ale unor scene dintr-o poveste – ocupație familiară oricărui copil de vîrstă preșcolară. De altfel, în orice manual de matematică pentru clasa I pot fi întîlnite imagini ale ocupațiilor unui copil pe parcursul zilei (de exemplu: trezirea, micul dejun, toaleta de dimineață, plecarea la școală, gimnastica de dimineață) cu cerința de a le ordona cronologic.

Propunem, în continuare, cîteva aplicații ale tehnicii SC pentru instruirea matematică primară și secundară.

1. Evocarea în cadrul lecției „Măsurarea cantităților” în clasa a III-a [4]:

a) se prezintă 3 lanțuri (pe planșe sau desenate din timp pe tablă):



- b) elevii se organizează în perechi (colegi de bancă);
- c) fiecare pereche primește cîte 1-2 fișe de dimensiunea dreptunghiurilor din lanțuri (în funcție de numărul elevilor din clasă; poate fi luat în considerare și nivelul de performanță al elevilor din pereche), pe care este scris un submultiplu sau multiplu al metrului, litrului, gramului;
- d) elevii se consultă în pereche, apoi fixează fișa în lanțul și locul corespunzător, folosind benzi adezive sau alt material;
- e) lanțurile completate se compară cu tabelele-suport din manual și se evaluează lucrul efectuat.

Această activitate poate fi modificată și realizată în cadrul învățării conținuturilor similare în clasele a IV-a [2] și a V-a [3, p. 209].

2. Aplicație pentru lecția de predare-învățare cu tema „Ridicarea la putere” din capitolul „Numere raționale”, clasa a V-a [3, p. 134]:

a) la tablă se prezintă structura de reper:

<input type="text"/>	=	<input type="text"/>	, pentru orice $a, m, n \in \mathbb{N}^*$
<input type="text"/>	=	<input type="text"/>	, pentru orice $a, m, n \in \mathbb{N}^*$
<input type="text"/>	=	<input type="text"/>	, pentru orice $a, b, n \in \mathbb{N}^*$
<input type="text"/>	=	<input type="text"/>	, pentru orice $a, m, n \in \mathbb{N}^*$, cu $m \geq n$

- b) clasa se împarte în 4 echipe eterogene;
- c) fiecare echipă primește un set de fișe și benzi adezive sau alt material pentru fixarea fișelor pe tablă (vezi schema următoare);
- d) elevilor li se propune să sorteze fișele potrivite și să formeze o pereche;
- e) fiecare echipă fixează fișele sortate în rîndul potrivit la tablă, obținînd una dintre formulele de calcul cu puteri ale numerelor naturale, învățată anterior;

f) la final, se deschide manualul la textul-suport [3, p. 33] și se evaluează activitatea.

Extinderea acestor reguli de calcul asupra fracțiilor în cadrul *Realizării sensului* [3, p. 134] se va bucura, astfel, de un sol propice cultivării performanțelor.

• set de fișe pentru echipa I:

$a^m \cdot a^n$	a^{mn}	a^{m+n}	$a^m + a^n$
-----------------	----------	-----------	-------------

• set de fișe pentru echipa a II-a:

a^{m-n}	$a^m \cdot a^n$	$a^m - a^n$	$a^{m:n}$
-----------	-----------------	-------------	-----------

• set de fișe pentru echipa a III-a:

a^{mn}	a^{m+n}	$((a^m)^n)$	$a^{m:n}$
----------	-----------	-------------	-----------

• set de fișe pentru echipa a IV-a:

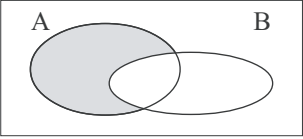
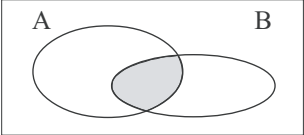
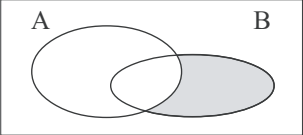
$(a \cdot b)^n$	$a^m \cdot b^n$	$(a+b)^n$	$a^n + b^n$
-----------------	-----------------	-----------	-------------

3. Aplicație pentru lecția de consolidare la tema „Operații cu mulțimi”, clasa a V-a:

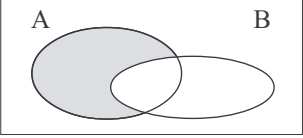
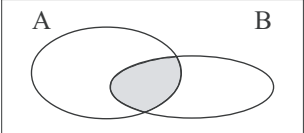
	Reuniune	Intersecție	Diferență
Sciere simbolică			
Reprezentare prin diagramă			
Exemplu: $A = \{4, 7, 5\}$ $B = \{3, 7\}$			

- a) la tablă se prezintă tabelul de reper;
- b) elevii sînt organizați în 4 echipe eterogene;
- c) fiecare echipă primește un set de fișe (de mărimea casetelor din tabel) și benzi adezive;

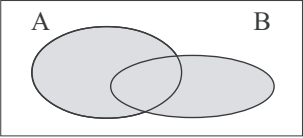
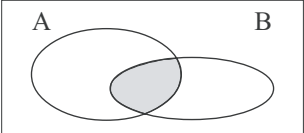
• set de fișe pentru echipa I:

B/A		$\{3\}$
		A/B

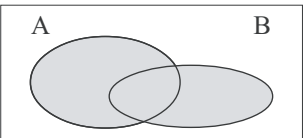
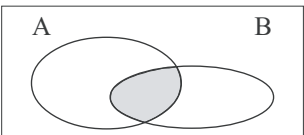
• set de fișe pentru echipa a II-a:

A/B		$\{3\}$
	$\{4, 5\}$	B/A

• set de fișe pentru echipa a III-a:

$A \cup B$		$\{3, 4, 5, 7\}$
	$\{4, 7, 5, 3, 7\}$	$B \cap A$

• set de fișe pentru echipa a IV-a:

$A \cup B$		$\{3, 4, 5, \}$
	$\{7\}$	$B \cap A$

- d) fiecare echipă trebuie să sorteze fișele potrivite și să formeze un triplet conform ordinii prezentate în prima coloană a tabelului de reper, unind fișele cu benzi adezive (pentru a asigura caracterul conștient al activității, fiecare set de fișe va conține și câțiva distractori);
- e) fiecare echipă fixează tripletul format pe coloana potrivită a tabelului de reper;
- f) tabelul completat se confruntă cu tabelul-suport din manual [3, p. 61, tabelul 4], evaluînd activitatea.

În mod analog pot fi actualizate cunoștințele în foarte multe situații didactice, de exemplu: formulele înmulțirii prescurtate, valorile funcțiilor trigonometrice, diverse relații dintre funcțiile trigonometrice, tabelul derivatelor și primitivelor funcțiilor elementare etc.

1. Tehnica SC este deosebit de eficientă pentru actualizarea unor propoziții matematice: definiții, axiome, teoreme etc.

Aplicație pentru lecția „Patrulater”, clasa a VIII-a:

- a) la tablă, în 4 coloane, se prezintă structura de reper (scrisă din timp):

1. *Un patrulater este paralelogram dacă și numai dacă satisface oricare dintre condițiile:*
2. *Un patrulater este dreptunghi dacă și numai dacă:*
3. *Un paralelogram este dreptunghi dacă și numai dacă satisface oricare dintre condițiile:*
4. *Un paralelogram este romb dacă și numai dacă satisface oricare dintre condițiile:*

b) elevii se organizează în 4 echipe eterogene și primesc câte un set de 3 fișe disparate, pe care trebuie să le fixeze la locul potrivit în structura de reper:

- set de fișe pentru echipa I:

are unghiurile opuse congruente

mediatoarele laturilor sînt axe de simetrie

are diagonalele perpendiculare

- set de fișe pentru echipa a II-a:

are diagonalele congruente

are înălțimile egale

intersecția diagonalelor este centrul său de simetrie

- set de fișe pentru echipa a III-a:

diagonalele sale sînt axele lui de simetrie

are laturile opuse congruente

are unghiurile alăturate suplimentare

- set de fișe pentru echipa a IV-a:

diagonalele sale sînt bisectoarele unghiurilor

are două laturi paralele și congruente

are trei unghiuri drepte

c) la final, se deschide manualul la secvența „Ne amintim” [1, p. 128] (materialul-suport) și se evaluează activitatea.

De obicei, secvențele din manuale destinate actualizării cunoștințelor (mai ales acele cu volum informațional sporit) se abordează prin citire în clasă sau întrebări frontale (uneori chiar se omit). Studiarea în tehnica SC conferă acestor secvențe un suflu nou, activ și eficient.

Ținem să remarcăm că realizarea la clasă a tehnicii SC solicită un efort suplimentar din partea profesorului: proiectarea minuțioasă, pregătirea materialului demonstrativ și distributiv etc. Rezultatele merită din plin acest efort. Elevii vor fi puși în situația să acționeze pe toate dimensiunile implicate:

- mental: pentru a-și aminti, a corela și structura informațiile;
- verbal: pentru a construi și formula raționamente argumentorii în cadrul discuțiilor de grup;
- concret: pentru a manipula cu fișele disparate, construind și făcînd perceptibilă, vizibilă, conștientă structura inițială de cunoștințe pe care profesorul a proiectat să o reactualizeze în cadrul *Evocării*.

Simultaneitatea și unitatea acestor acțiuni generează comportament activ, atitudine conștientă, încredere în forțele proprii, motivînd elevii pentru studiu și catalizînd lecția spre atingerea obiectivelor propuse.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. Achiri, I.; Braicov, A.; Ciobanu, M.; Curtescu, T.; Raischi, V.; Șpunteco, O., *Matematica*, manual pentru clasa a VIII-a, Editura Prut Internațional, Chișinău, 2003.
2. Cimpoieș, V.; Musteață, S.; Singer, M.; Răileanu, A.; Ursu, L., *Matematica*, manual pentru clasa a IV-a, Editura Prut Internațional, Chișinău, 2004.
3. Singer, M.; Răileanu, A.; Raischi, V., *Matematica*, manual pentru clasa a V-a, Editura Prut Internațional, Chișinău, 2000.
4. Singer, M.; Ursu, L.; Răileanu, A., *Matematica*, manual pentru clasa a III-a, Editura Prut Internațional, Chișinău, 2003.
5. Temple, C.; Steele, J. L.; Meredith, K. S., *Inițiere în metodologia LSDGC*, supliment al revistei „Didactica Pro...”, Nr. 1, 2001.

Valentina **MOȚPAN**

Colegiul Financiar Bancar, mun. Chișinău

Educația pentru sănătate la orele de chimie. Aplicarea tehnicii *SINELG*

La orele de chimie neglijăm uneori, din lipsă de timp, un obiectiv principal al predării obiectului dat în școală – formarea unei personalități responsabile pentru starea fizică și psihică a comunității. Elevul urmează să înțeleagă cu adevărat esența unor probleme sociale cauzate de procesul de chimizare. Ce factori chimici din viața cotidiană au o acțiune nefastă asupra sănătății oamenilor? Cum să păstrăm în oceanul de substanțe și produse chimice forța fizică și psihică a organismului? În ce mod putem împăca confortul oferit de noile descoperiri științifice cu impactul negativ al acestora asupra sănătății societății?

Ține de datoria primordială a profesorului de a învăța generația tânără să explice, să analizeze, să intervină și să soluționeze problemele contemporane ale omenirii, în special cele provenite din procesul de chimizare globală.

Aplicarea tehnicii SINELG oferă cadrului didactic mai multe avantaje în abordarea diverselor aspecte educaționale legate de formarea unui mod de viață sănătos la elevi:

- pune la dispoziție o informație concentrată, provocatoare;
- permite economisirea timpului de asimilare a informației (spre deosebire de referat) și desfășurarea unor dezbateri cu aplicarea cunoștințelor dobândite;
- asigură memorizarea eficientă a informației scrise, păstrarea și transmiterea acesteia altor membri ai comunității;
- plasează elevul în torentul problemelor sociale, îl face să se simtă implicat și, astfel, să cerceteze, să caute căi de soluționare. Informațiile obținute îi ajută pe tineri să ia deciziile cele mai potrivite pentru propria sănătate în vederea păstrării și revigorării stării fizice și psihice.

În articolul de față mi-am propus să prezint cum poate fi aplicată tehnica SINELG la orele de chimie în clasele de liceu. Specificul obiectului permite folosirea selectivă a tehnicii în abordarea unor teme cum ar fi: „Rolul biologic al nemetalelor și metalelor”, „Proteinele”, „Grăsimile”,

„Alcoolii”, „Acizii carboxilici”, „Materialele polimerice”, „Soluționarea problemelor ecologice”, „Calitatea produselor alimentare” și altele. De altfel, unele dintre ele pot fi discutate și la orele de dirigenție axate pe educația pentru sănătate. În cazul acesta, informațiile despre „Elementele vieții”, „Droguri sau medicamente?”, „Produse alimentare toxice și cancerigene” pot fi utilizate pentru reactualizarea cunoștințelor și inițierea unei dezbateri la subiect.

La lecțiile de chimie tehnica SINELG este binevenită în momentul când elevii au nevoie de o mică „recreație”, stimulând interesul față de obiect, spiritul de cercetător, dorința de a cunoaște mai multe.

Mi-am permis să modific semnele SINELG-ului. Am omis semnul „V”, cu care este notată informația cunoscută, deoarece am observat că elevii pun în discuție doar cunoștințele noi. Totodată, esența aplicării tehnicii constă în oferirea unei informații noi, interesante nu doar de către profesor, ci și de elevii pregătiți suplimentar.

Pentru a evalua calitatea, nivelul de înțelegere, valoarea informației, am introdus semnul „* ” – Notați informația utilă pentru dvs.

Aplicarea tehnicii SINELG va fi eficientă atunci când profesorul va lucra permanent cu materia propusă, completând-o, aducând argumente pro și contra.

La sfârșitul prezentării informației vom încerca să creăm o situație de problemă, căci nivelul superior al unei învățări este stimularea inițiativei și disponibilității de a aborda sarcini variate, înțelegerea avantajelor pe care le oferă chimia în rezolvarea unor astfel de situații.

ELEMENTELE VIEȚII

Multă vreme s-a crezut că materia vie este compusă exclusiv din 12 elemente: azot, calciu, carbon, clor, hidrogen, magneziu, oxigen, fosfor, potasiu, siliciu, sodiu și sulf. Acestea alcătuiesc 99,98% din masa corpului. Ulterior, analize mai perfecționate au distins încă vreo douăzeci, care în pofida redusei lor cantități totale (mai puțin de o miime din corpul nostru) sînt indispensabile vieții.

Organismul este aidoma unei oligarhii în care enorme mase de elemente pasive sînt dominate de un mic număr de elemente catalitice. Oligoelementele permit și sporesc numărul de funcții hormonale, antibiotice etc., avînd un rol deosebit în funcțiile vitaminelor.

Fluorul a stîrnit discuții referitoare la întreținerea emailului dentar. Utilitatea lui este benefică pentru oase (împreună cu fosforul exercită o misiune importantă în metabolismul calciului) și tendoane. Fluorul este indicat deopotrivă în cazurile de întîrziere de osificare, rahitism,

consolidare a fracturilor, combatere a cariilor dentare. Unii l-au introdus în paste de dinți, alții însă cred că este inutil și, pe de altă parte, poate expune la intoxicații. În Republica Moldova apele arteziene conțin cantități sporite de fluor, de aceea vom fi precauți la folosirea pastelor dentare fluorurate. Acest element se găsește în grâu, orz, orez, caise, struguri, cartofi, ridichi, roșii.

Iodul are numeroase prescripții terapeutice: antisclerotic (ocrotitor vascular, mai ales al vaselor groase pe care le face suple), hipotensor, antitoxic, depurativ, fiind indispensabil funcționării tiroidei. Este bine să-l consumăm sub formă de alimente naturale. Necesarul zilnic ar fi de circa 130 mg. Bogate în iod sînt algele, usturoiul, ceapa, varza, morcovul, roșiile, perele.

Bromul este un sedativ al sistemului nervos, utilizarea lui fiind binevenită în cazul insomniilor. Îl găsim în mere, struguri, usturoi, morcov, ceapă, varză.

Fosforul este un element plastic și dinamic. Cantitatea de fosfor din organism reprezintă circa 1% din greutatea corporală. Intră în numeroase combinații cu grăsimile, glucidele, protidele. Joacă un rol important în mecanismul vitaminei D și controlează echilibrul calcic al mediului intern. Participă la formarea osoasă și sanguină. Este un element capital al energiei nervoase, intelectuale și sexuale și principalul constituent al acizilor nucleici. Contribuie la stimularea contracției musculare.

Hipofosfatemia conduce la modificarea raportului Ca/P și la apariția unor tulburări de formare și creștere a oaselor și dinților, artritei, anomaliilor celulare la nivelul eritrocitelor, leucocitelor și trombocitelor. Cea mai bogată în fosfor este carnea de pește; acesta se găsește în cereale, germeni de grâu, usturoi, țelină, morcov, ceapă, roșii, migdale, nuci, polen. Nevoile zilnice ar fi de circa 800 mg.

Siliciului îi revine un rol important în sistemele: osos, vascular, nervos, respirator. Constituie un antitoxic și este folosit în tratamentul arteriosclerozei, hipertensiunii, rahitismului, slăbiciunilor generale, reumatismelor, cancerului, hemoragiilor – maladii în apariția cărora este implicată carența siliciului. Unul dintre cele 12 elemente majore ale organismului (7 gr), siliciul fortifică capacitatea de autoapărare a acestuia și joacă un rol deosebit în diverse procese de dezințoxicare.

Nevoile normale ale organismului în siliciu sînt de circa 20-30 mg pe zi. Îl furnizează legumele, fructele, carnea, apa silicioasă (nu cea calcaroasă, săracă în siliciu). Se găsește în pleava cerealelor, în pielea fructelor, în usturoi, în hașma. Pîinea albă, legumele decorticate, fructele curățate de coajă sînt lipsite, în marea lor majoritate, de siliciu, căci, asemeni vitaminelor B și C, el se conține mai ales în straturile exterioare ale vegetalelor.

S-a observat că afecțiunile oncologice apar mult mai rar în regiunile bogate în magneziu și siliciu, fiind mai frecvente în ținuturile cu soluri calcaroase. Siliciul acționează ca mineralizant general al țesutului conjunctiv, îndeosebi ca element primordial în rezistența organică la

dezvoltarea celulelor canceroase. Valoarea lui preventivă este incontestabilă.

Arseniul este un tonic și reconstituant, înlesnind respirația și avînd efecte benefăcătoare în anumite dermatoze. Se conține în germeni de grâu, în orez, usturoi.

Clorul – un element esențial pentru organism, existînd sub formă de ioni – participă la menținerea echilibrului osmotic extra- și intracelular. De asemenea, îndeplinește și alte funcții:

- contribuie la păstrarea echilibrului acido-bazic;
- este necesar pentru producerea HCl din stomac;
- este component al salivei, sucului gastric, bilei;
- stimulează funcțiile depurative ale ficatului;
- este activator al unor enzime: amilaza intestinală.

Sulful, un element de importanță primordială pentru oase, dinți, articulații, este un antiinfecțios și are un rol de seamă în tratarea tulburărilor hepatobiliare. Îl întîlnim în numeroase vegetale: usturoi, ceapă, ridiche neagră, cartofi.

Mecanismele de intervenție ale oligoelementelor sînt foarte puțin cunoscute. În fenomenele biologice, toți constituenții organici, în grade diverse, sînt interdependenți.

Notați pe margine:

- dacă informația pe care ați citit-o contrazice sau diferă de ceea ce știți.
- + dacă informația este nouă pentru dvs.
- ? dacă informațiile vi se par confuze sau dacă doriți să știți mai multe despre un anumit aspect.
- ! dacă doriți să faceți completări la informația citită.
- * dacă informația este utilă pentru dvs.

ROLUL BIOLOGIC AL METALELOR

Rolul metalelor în componența ființelor vii este complex, fiind legat de schimbările energetice; reglarea cantității de apă în țesuturi; metabolismul proteinelor, grăsimilor și zaharidelor; tensiunea arterială; funcția de reproducere, de creștere; echilibrul sistemului nervos etc. În prezent se recunoaște rolul biologic esențial al următoarelor metale: **Cu, Zn, Na, K, Ca, Mg, Co, Mo, Fe, Mn, Ni.**

Calciul este cunoscut pentru importanța lui în constituirea și întreținerea oaselor. Acțiunea lui se exercită, de asemenea, asupra dinților, tendoanelor, nucleelor celulare, echilibrului sanguin și hormonal. Fixarea acestuia depinde totuși de diverși factori: fosfor, vitamina D și C, magneziu, cupru. **Ca** se conține mai ales în produsele lactate, polen și numeroase vegetale.

Fierul este cunoscut în special ca antianemic, reprezentînd un constituent primordial al hemoglobinei. Carența lui pare să favorizeze apariția cancerului. Anumite enzime cer prezența acestui metal. Norma zilnică: 10-20 mg. Cele mai bogate în **Fe** sînt măruntaiele de animale, gramineele, morcovul, pătrunjelul etc.

Cuprul (0,0004% în organism), element esențial în biologia animală cît și cea vegetală, este indispensabil vieții

celulare și formării oaselor. Condiționează fixarea **Fe** și contribuie la formarea hemoglobinei. Se opune la coagularea excesivă a sîngelui. Are capacitatea de a degrada neurohormonii eliberați în stările de tensiune. Persistența prelungită a acestora în sînge alterează pereții arteriali, favorizînd constituirea leziunilor de ateroscleroză. De aceea **Cu** este considerat un element de protecție vasculară împotriva stresului. Norma zilnică: 2 mg – maturi, 5 mg – copii. Este concentrat în sînge și ficat. Surse vegetale: nuci, grîu, sfeclă roșie, mere, struguri.

Echilibrul sistemului nervos este mediat de **Mg, Li, Ca**.

Magneziul intervine în reducerea stimulilor din interiorul sau exteriorul organismului, favorizînd instalarea perioadelor de somn. Deficitul acestuia provoacă tulburări neuropsihiatrice, îndeosebi nevroze. Organismul are nevoie de circa 250-350 mg pe zi.

Potasiul, un tonic cardiac și muscular, stimulează mișcările intestinale și intervine în reglementarea suprarenalelor. Joacă un mare rol în echilibrul apei din țesuturi, preîntîmpinînd îmbătrînirea lor. Surse de potasiu sînt fructele uscate, fasolea, varza.

Metale neesențiale sînt: **Pb, Hg, Al, Sn, Cd, Ag** ș. a. Ingerate zilnic în cantități mai mici decît posibilitățile normale de eliminare, ele traversează organismul uman fără a produce perturbări biochimice.

Pentru ambele categorii de metale însă creșterea concentrației în alimente, peste anumite niveluri, provoacă efecte toxice, gravitatea lor depinzînd de natura, cantitatea și forma chimică a metalului, de rezistența organismului, de urmările sinergice sau antagonice ale altor contaminanți chimici ș. a.

Răspîndirea **plumbului** în mediul ambiant este direct proporțională cu numărul unităților de transport. A fost stabilită dependența mortalității oamenilor de afecțiuni ale vaselor creierului, nefrite cronice și nivelul de poluare a mediului ambiant cu **Pb**. Pătrunzînd în organism, este absorbit de eritrocite și înăbușă activitatea acestora. Surse de intoxicare pot fi benzina, vasele de lut glazate, vopselele de tipar, unele mase plastice, animalele din bazinele acvatice cu conținut sporit de **Pb**. În apele rîului Bîc, în raza municipiului Chișinău, concentrațiile de **Pb** sînt de 4-8 ori mai mari decît concentrațiile limită admisibile.

Mercurul și compușii lui provoacă atrofia celulelor nervoase ale cerebelului și diferitelor porțiuni ale scoarței encefalului. După 1-2 luni de intoxicare cronică cu **Hg** apar simptome de amorțire a terminațiilor, buzelor și limbii, porozitatea gingiilor, surzenia, înrăutățirea vederii, slăbirea memoriei. Surse de intoxicare sînt insecticidele folosite la păstrarea cerealelor. Dacă, întîmplător, a fost spart un termometru, este necesar a aduna toate picăturile de **Hg** și a prelucra locul cu sulf sau soluție de **FeCl₃** pentru a neutraliza rămășițele.

Alumiul și compușii lui sînt substanțe puternic otrăvitoare. Ionii de aluminiu substituie ionii de **Fe³⁺** din hemoglobină. S-a stabilit că apariția alergiei, perturbarea

metabolismului și creșterii organismului tînăr, scăderea imunității este generată de cantitatea de **Al** din apa folosită. Surse de **Al** sînt vesela din acest metal, carnea de pește. 30% din peștele lacului Cuciurgan conține supraconcentrații de aluminiu.

Notați pe margine:

- dacă informația pe care ați citit-o contrazice sau diferă de ceea ce știți.
- + dacă informația este nouă pentru dvs.
- ? dacă informația v-a părut confuză sau doriți să știți mai multe despre un anumit aspect.
- ! dacă doriți să faceți completări la informația citită.
- * dacă informația este utilă pentru dvs.

DROGURI SAU MEDICAMENTE?

Astăzi, tot mai mulți indivizi se află sub influența drogurilor. Multe droguri sînt consumate de oameni pentru a simți intens o senzație deosebită de satisfacție sau o excitare a nervilor.

Barbituricele sînt medicamente cu efect calmant (de exemplu, somniferele). Varietatea lor este mare. Numai în SUA se fabrică în fiecare an peste 476 tone de barbiturice. O mare parte a producției ajunge în rețele de distribuție ilegală.

Dintre excitante, amfetaminele sînt cele mai importante. Unii medici le prescriu pentru a alunga oboseala și deprimarea.

Toate narcoticele acționează asupra sistemului nervos. Reacțiile psihice și fizice nu pot fi prevăzute: depresie, psihoză ce durează luni întregi. Supradozarea este mortală. După heroină apare o somnolență ce poate degenera într-o stare de comă. Se atestă dereglarea ritmului cardiac și respirator. Narcomanii se supun unui pericol sporit de a se infecta cu SIDA. Consumul de droguri poate deteriora sau reduce temporar memoria și înțelegerea, poate altera simțul timpului și diminua abilitatea de a îndeplini acțiuni ce necesită concentrare și coordonare (a conduce mașina etc.).

Narcoticele deprimă creierul și dau impresia unor senzații de plăcere, putere și superioritate, urmate de letargie, amețală, confuzie și scăderea ritmului inimii și a capacității respiratorii.

Unii adolescenți consideră că fumatul hașîșului s-ar putea compara cu consumul de alcool. Corpul poate transforma alcoolul în „substanță combustibilă pentru celule”. El este aliment. Cu hașîșul însă corpul nu poate face nimic. Elementele nocive nu sînt eliminate repede, dăunînd organismului. Marijuana, mai slabă ca hașîșul, conține substanțe toxice, solubile exclusiv în grăsimi și care, asemeni DDT-ului, se acumulează timp de săptămîni în țesuturile corpului și chiar în creier. Aceasta explică de ce efectele vătămătoare se pot constata abia peste o anumită perioadă de timp.

Forest S. Tennant a efectuat un studiu asupra a 492 de soldați ai armatei americane, care fumaseră marijuană.

Aproape 25% „sufereau de dureri în gît”, 6% aveau bronșită cronică. La 80% au fost depistate „leziuni bronhice, caracteristice stadiului de început de cancer”. Este adevărat, nimeni nu poate susține că aceste persoane vor face mai târziu cancer.

Drogurile și medicamentele au, evident, un rol. Marijuana poate avea valoare terapeutică în vindecarea glaucomului și a astmei, precum și în reducerea senzației de greață la bolnavii de cancer, tratați prin chimioterapie.

Dacă cineva are dureri insuportabile, medicul îi administrează o doză de morfină pentru a-i produce o ușurare. Cu siguranță, barbituricele și amfetaminele au ajutat multor bolnavi.

Pe de altă parte însă, drogurile și medicamentele pricinuesc pagube grave. În SUA aproximativ un milion de oameni sînt dependenți de barbiturice. Anual mor mai mult de 3000 de persoane din cauza supradozării cu aceste substanțe. Pentru a-și „finanța” obiceiul costisitor, morfinomanii din New York fură, zilnic, bunuri în valoare de peste 3 milioane de dolari. În fiecare an aproximativ 100000 de cetățeni americani au nevoie de tratament pentru dependență de marijuana.

Drogurile întîrzie maturizarea. De ce? Iată ce spune „Talking with your teenager” despre consumatorii de stupefiante: ”Ei nu vor învăța niciodată că momentele dureroase ale vieții pot fi depășite fără a recurge la droguri”.

Notați pe margine:

- dacă informația pe care ați citit-o contrazice sau diferă de ceea ce știți.
- + dacă informația este nouă pentru dvs.
- ? dacă informația v-a părut confuză sau doriți să știți mai multe despre un anumit aspect.
- ! dacă doriți să faceți completări la informația citită.
- * dacă informația este utilă pentru dvs.

REPREZENTANȚII ACIZILOR CARBOXILICI

Acidul ascorbic – vitamina C, $C_6H_8O_6$ – acid organic nesaturat, ușor oxidabil în aer. Se extrage din ardei, caise, nuci verzi, măceș, tomate, lapte. Este un medicament folosit în tratamentul scorbutului, anemiei, tulburărilor intestinale.

Acidul valerianic – $CH_3(CH_2)_3COOH$ – se extrage din rădăcina de valeriană. Esterii acidului se folosesc la sinteza esențelor aromatice. Sărurile de amoniu și de Zn sînt antispazmodice și sedative.

Acidul lauric – $CH_3(CH_2)_{10}COOH$ – intră în componența multor gliceride vegetale (uleiul de laur, untul de cocos). Esterii acidului au miros de fructe și se utilizează ca substanțe odorante. Lauratul de sodiu reprezintă componentul principal al multor săpunuri.

Acidul linoleic – $C_{17}H_{32}O_2$ – se conține în uleiuri vegetale sub formă de trigliceride (pînă la 50% în uleiul de in, cînepă, soia ș. a.). Este necesar pentru activitatea vitală a organismelor uman și animal.

Acidul malic – $HOOCCHOHCH_2COOH$ – se găsește în merele verzi (circa 0,3-1,2%), mahorcă, poamele

corbului. Se folosește la fabricarea unor purgative.

Acidul oleic – $CH_3(CH_2)_7CH=CH(CH_2)_7COOH$ – este unul dintre cei mai răspîndiți acizi organici, se întîlnește sub formă de trigliceride. Se conține în ulei de palmier 41-48%, ulei de migdale 75%, ulei de floarea soarelui și de soia 33%. Se întrebuițează la fabricarea vopselelor, lacurilor, săpunurilor, produselor cosmetice.

Acidul pantotenic – $C_9H_{17}O_5N$, vitamina B3 – se găsește în drojdiile de bere; în ficatul, rinichii și mușchii animalelor. Organismul uman necesită o doză zilnică de 10 mg de acid pantotenic.

Acidul citric – $(CH_2COOH)_2C(OH)COOH$ – conținut în sucul de lămîie, rodii, sfeclă, duche, frunzele unor soiuri de tutun, se întrebuițează în industria alimentară și cosmetică, în medicină ș.a. Participă activ la metabolismul glucidic, lipidic și protidic.

Acidul formic – $HCOOH$, cel mai puternic acid organic – este răspîndit în natură: în urzici, în secrețiile furnicilor. Se utilizează în industria textilă la prepararea mordanților și la vopsirea fibrelor de lînă și de bumbac, în calitate de coagulant la fabricarea cauciucului, la producerea catalizatorilor de Ni și Co. Are o acțiune antiseptică, datorită căreia se folosește la conservarea fructelor, la dezinfectarea butoaielor de bere și vin.

Acidul salicilic – acid orto-hidroxibenzoic – a fost extras pentru prima dată din sucul de salcie. Prin acilarea cu clorură de acetil se capătă acid acetilsalicilic (aspirina) – cunoscut remediu febrifug, antireumatic și antinevralgic. Acidul paraaminosalicilic servește la tratarea tuberculozei.

Acidul benzoic – C_6H_5COOH – se conține în unele plante și rășini vegetale în stare liberă sau sub formă de ester. În industrie se obține prin oxidarea toluenului. Se întrebuițează la fabricarea coloranților. Benzoatul de sodiu este folosit la conservarea alimentelor și în medicină (antiseptic).

Acidul propionic – se formează în urma fermentării glucidelor, cauzate de unele specii de bacterii. Din anhidrida propionică și celuloză se obține propionatul de celuloză – un material termoplastic. Unii esterii sînt folosiți ca substanțe aromatizante cu mirosuri de fructe sau de trandafir.

Acidul oxalic – $HOOC-COOH$ – este toxic. Se găsește în măcriș, sub formă de oxalat acid de potasiu; în urină – sub formă de oxalat de calciu. Este folosit la prepararea coloranților, curățatul obiectelor de bronz sau de cupru, îndepărtarea vopselei de pe unele țesături, albirea pieilor, ca mordant în industria textilă.

Notați pe margine:

- dacă informația pe care ați citit-o contrazice sau diferă de ceea ce știți.
- + dacă informația este nouă pentru dvs.
- ? dacă informația v-a părut confuză sau doriți să știți mai multe despre un anumit aspect.
- ! dacă doriți să faceți completări la informația citită.
- * dacă informația este utilă pentru dvs.

PRODUSE ALIMENTARE TOXICE ȘI CANCERIGENE

Produsele alimentare moderne conțin zeci de aditivi alimentari (coloranți, emulgatori, aromatizatori, conservanți și stabilizatori) declarați toxici sau cancerigeni de către organismele internaționale. Potrivit unor rapoarte, mortalitatea în rândul populației globului, cauzată de consumul alimentelor îmbogățite cu substanțe artificiale, se află pe locul al treilea, după consumul de droguri și medicamente și după accidentele de circulație.

Inamicii publici nr. 1: **E 211, E 142 și E 123**, interziși deja în SUA și în Uniunea Europeană. În Republica Moldova laboratoarele nu pot detecta toți aditivii incluși în alimente, de multe ori produsul fiind introdus pe piață doar în baza datelor furnizate de producător. Alimentele cu cele mai multe toxine sînt guma de mestecat, margarina, supele concentrate, uleiul de muștar, mezelurile, băuturile răcoritoare și dulcețurile.

Consumul îndelungat de produse alimentare aditivate sintetic determină un adevărat bombardament asupra organelor interne și provoacă distrugerea sistemului imunitar (acesta ajunge să producă anticorpi peste măsură, folosindu-i împotriva propriului organism), precum și o serie de tumori maligne și benigne.

Un studiu recent al Clinicii de Oncologie din Dusseldorf (Germania), despre efectele „E”-urilor asupra organismului uman, a ierarhizat o serie de compuși toxici sau cancerigeni.

Adaosuri suspecte: **E 125, E 141, E 150, E 171, E 172, E 173, E 240, E 241, E 477.**

Adaosuri periculoase: **E 102** (extrem de nociv); **E 110, E 120, E 124** (colorant alimentar roz, care produce tumori pe glanda tiroidă), **E 621**.

Adaosuri toxice: **E 220, E 221, E 222, E 223, E 224** (afectează tubul digestiv); **E 338, E 339, E 340, E 341, E 407, E 450, E 461, E 463, E 465, E 466** (produc boli de piele); **E 230, E 231, E 232, E 233** (suprimă din organism vitamina B12); **E 200** (provoacă creșterea colesterolului); **E 320, E 321 – antioxidanți din margarină** (atacă sistemul nervos); **E 311, E 312** (generează boli ale aparatului bucal).

Adaosuri cancerigene: **E 330 (acidul citric sau sarea de lămîie – cel mai periculos adaos cancerigen); E 123, E 131, E 142, E 211** (foarte nociv), **E 213, E 214, E 215, E 216, E 217, E 230, E 631** (glutamatul de sodiu), **E 239**.

Conform studiilor de specialitate, se recomandă evitarea produselor care conțin aditivii sus-menționați. Precizăm însă că și consumul îndelungat al alimentelor și produselor cosmetice aditivate are efecte negative.

Guma de mestecat – este o bombă cu acțiune întîrziată pentru organismul uman. Fiind un produs integral chimic, pastiluța de gumă conține **E 171, E 320, E 330, E 420, E 421, E 421, E 422, E 950, E 951, E 967** și alte chimicale.

Gustul dulce se datorează substituenților chimici ai zahărului, ca **aspartamul (E 950 și E 951)** care provoacă 70 de tipuri de boli mortale.

Băuturile răcoritoare mustesc de aditivi alimentari, cel mai frecvent fiind acidul citric (**E 330**). Coloranții folosiți, **E 102 și E 110**, sînt declarați periculoși.

Băuturile alcoolice, cum ar fi berea și vinul, sînt saturate de **metabisulfid**, care dă limpezime, dar atacă aparatul digestiv. În procesul de pasteurizare a berii sînt folosite substanțe ce provoacă migrene. Evitați lichiorurile.

Margarina – este un produs cu structură moleculară identică cu cea a plasticului. Mirosul de lapte și culoarea untului sînt obținute pe cale chimică. Grăsimile ce intră în compoziția ei sînt greu asimilate de organism. Ficatul este solicitat excesiv, favorizînd hepatita. Stresul fiziologic al organismului îl face sensibil la infecții, intoxicații, substanțe mutagene.

Mezelurile – nu este un secret că în toate mezelurile de pe piața internă, circa 40% din compoziție este constituită din produși chimici artificiali. Ele sînt „îmbogățite” cu grăsimi obținute prin aceleași metode ca margarina. Conțin în calitate de conservant glutamatul de sodiu, **E 621**, considerat de specialiști una dintre cele mai cancerigene substanțe. Este o neurotoxină ce provoacă migrene insuportabile, care nu pot fi tratate cu medicamente. **E 621** reprezintă niște cristale fără gust și este combinat cu aromatizanți chimici ce dau arome mai intense decît cele naturale. Glutamatul se folosește pentru conservarea laptelui, brînzeturilor, mezelurilor și ciupercilor. Este componentul principal al supelor concentrate.

US Food & Drug Administration a informat opinia publică din SUA că **E 621** este unul dintre principalii factori ce produc boala Alzheimer. Injecțiile cu glutamat, efectuate pe animale, în laborator, au distrus celulele nervoase din creierul cobailor, cîinilor și maimuțelor.

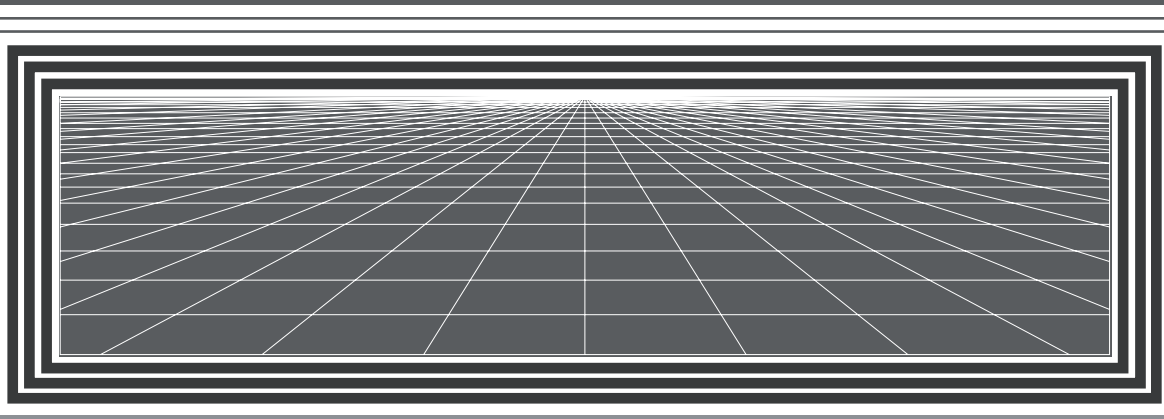
Notați pe margine:

- dacă informația pe care ați citit-o contrazice sau diferă de ceea ce știți.
- + dacă informația este nouă pentru dvs.
- ? dacă informația v-a părut confuză sau doriți să știți mai multe despre un anumit aspect.
- ! dacă doriți să faceți completări la informația citită.
- * dacă informația este utilă pentru dvs.

Dacă informația de mai sus v-a pus pe gînduri, încercați să faceți un mic studiu al alimentelor consumate în familia dvs. Clasificați-le în produse chimizate și naturale.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. Valnet, J., *Tratamentul bolilor prin legume, fructe și cereale*, București, Editura Ceres, 1986.



EXERCITO ERGO SUM



Elena VINNICENCO

Universitatea Pedagogică de Stat "I. Creangă"

Integrarea tehnologiilor educaționale participative în învățămîntul primar

- rezolvarea problemelor;
- analiza opiniilor și inițierea proiectelor pentru studiul analitic;
- declanșarea ideilor noi și extinderea potențialului intelectual.

Pentru a reliefa impactul noilor tehnologii educaționale în învățămîntul primar, am elaborat 14 probe pe care le-am aplicat la clasele a II-a și a IV-a ale școlii primare „A. Ursu” din Chișinău la două categorii: grupele experimentale și grupele-martor.

Aceste probe conțin cîteva direcții consecutive, originale: elevii trebuie să aplice sisteme de monitorizare a cunoștințelor anterioare, să propună sugestii de perfecționare a unui obiect, să dezvolte finalul unei povestioare, să prezinte cît mai multe utilizări ale unor obiecte, să enumere consecințele realizării anumitor lucruri, să alcătuiască finalul unei poezioare în mai multe variante posibile.

Proba I

Completează textul:

Cel mai apropiat corp de Pămînt este... Deși nu are... proprie, luminează datorită... solare. Luna se... în jurul Pămîntului.

Proba II

Continuă propozițiile:

1. Mediu natural se numește...
2. Mediu școlar se numește...
3. Mediu social se numește...

Proba III

Continuă povestirea:

Afară ninge. Frigul se întetește. Este ger și multă zăpadă. ...

Proba IV

Numește cît mai multe caracteristici pentru cuvintele:

- rădăcină (fixează planta în pămînt, absoarbe apa etc.)
- frunze (pregătesc hrana etc.)
- semințe (dau naștere la noi plante etc.)
- plante (respiră etc.)

Tehnologiile participative, ca alternativă sau coabitare cu cele tradiționale, sînt acceptate tot mai mult de practica educațională de la noi, inclusiv pentru învățămîntul primar. Acestea facilitează optimizarea procesului instructiv-educativ, conținînd o serie de avantaje, confirmate și de experimentul pedagogic pe care l-am efectuat, și anume:

- sînt axate pe activitatea elevului care devine, deopotrivă, obiect și subiect al actului de instruire și educație;
- sînt centrate pe acțiune, cercetare;
- pun accentul pe contactul direct cu problemele vieții, ale muncii practice; sînt concrete; raporturile profesor-elev se apropie de condițiile vieții sociale și de cerințele psihologice ale copilului în dezvoltare; promovează relații democratice;
- încurajează inițiativa, inventivitatea, creativitatea;
- stimulează efortul de autocontrol, de autoevaluare;
- îmbină armonios munca individuală cu cea în echipă;
- dezvoltă o motivație intrinsecă ce izvorăște din actul învățării, din satisfacțiile depășirii dificultăților și bucuria succeselor obținute.

În procesul instructiv-educativ din grupele experimentale accentul este pus pe obiectivele bazate pe dezvoltarea gîndirii critice:

- cunoașterea informației la nivel literal;
- adaptarea informației în perspectivă nouă, fundamentată pe strategii relaționale;

Proba V

Imaginează-ți forma Pământului cu mulți ani în urmă. Scrie câteva relatări pe marginea acestei idei.

Ex.: Pământul era sprijinit de câțiva elefanți. La rîndul lor, elefanții locuiau pe o broască enormă, cu o carapace de câteva ori mai mare decît Pământul.

Proba VI

Describe într-o scurtă povestioară momentul cînd se ivesc zorile sau cînd se lasă amurgul.

Ex.: Cînd se lasă amurgul, soarele se ascunde. El pleacă la culcare. Cerul îmbracă o haină închisă.

Proba VII

Propune sugestii de perfecționare.

Se dă cuvîntul *Lunomobil*.

Ex.: Lunomobil – mașină cu mai multe roți, care îi facilitează deplasarea pe Lună.

Proba VIII

Se prezintă o povestire fără final, acesta urmînd a fi elaborat de elev.

Într-o zi am mers cu mama la crescătoria de păsări. Pe drum mama mi-a explicat că păsările pe care le voi vedea se numesc domestice. Intrînd în fermă am ...

Proba IX

Test de utilizare a unor obiecte: baston, cutie. Acesta permite estimarea nivelului de fluență, flexibilitate, originalitate, elaborare.

Sugerează cît mai multe utilizări ale unor obiecte.

Proba X

Testul povestirilor incomplete.

Se prezintă o povestire fără final, solicitîndu-se crearea acestuia în cît mai multe variante posibile.

Moldova este o țară bogată în tradiții și obiceiuri. De sărbători oamenii îmbracă costume naționale renumite prin frumusețea lor și ...

Proba XI

Elevilor li se propune să-și imagineze că se află în „Țara minunilor”, fiecare urmînd să descrie cum arată această țară.

Proba XII

Categoriile de obiecte.

Elevilor li se explică că această activitate de joc presu-

pune enumerarea obiectelor de un anumit fel sau despre care se poate spune că sînt de un anumit fel.

Se propun fișe ce conțin următoarele însușiri:

1. Obiecte care sînt tari.
2. Obiecte care ne amuză.
3. Obiecte care ne înspăimîntă.

Proba XIII

Ghicirea consecințelor.

„Ce ar fi dacă...”

Să presupunem că Moș Crăciun vine în timpul verii să aducă copiilor cadouri. Enumerați consecințele posibile.

Proba XIV

Se propune un sistem de monitorizare a cunoștințelor. Elevii sînt solicitați să citească textul „La sîniuș”, completînd pe parcurs tabelul SINELG.

În cadrul evaluării s-a ținut cont de următorii indici:

- fluiditate – aptitudinea de a produce rapid un număr mare de idei (cantitatea);
- flexibilitate – aptitudinea de a produce idei într-un număr mare de categorii diferite;
- originalitate – factorul de bază ce caracterizează creativitatea;
- elaborare – oferirea a cît mai multor variante posibile.

Rezultatele probelor îndeplinite au demonstrat o ascendență considerabilă în grupele experimentale, în raport cu grupele-martor (de control) referitor la cuantumul de cunoștințe ale elevilor.

De asemenea, la majoritatea elevilor din grupele experimentale, s-a evidențiat simțul critic, responsabilitatea pentru acțiunile efectuate, capacitatea de a observa multiaspectual anumite lucruri și fenomene.

Proiectarea educațională adecvată solicită de la elevi un efort intelectual sistematic în vederea asimilării cunoștințelor, formîndu-le deprinderea de a desfășura o muncă intelectuală independentă, ceea ce contribuie la dezvoltarea școlarului în aspect multidimensional.

Astfel, constatăm tendința benefică a elevilor din ciclul primar de a se integra activ în procesul instructiv-educativ centrat pe utilizarea noilor tehnologii educaționale, profesorul devenind un îndrumător și animator ce catalizează energiile celor care învață.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. Bârzea, C., *Arta și știința educației*, Editura Didactică, București, 1995.
2. Bloom, B. S., *Taxonomy of educational objectives: Handbook/Cognitive Domain*, New York, 1950.
3. Mândăcanu, V., *Tehnologii educaționale moderne*, Editura Liceum, Chișinău, 1996.
4. Matei, N. C., *Învățarea eficientă în școală*, Editura Didactică, București, 1995.
5. Pătrașcu, L.; Pătrașcu, D., *Incursiuni în tehnologii pedagogice moderne și proiectarea pedagogică*, Chișinău, 1998.



Jugendliteratur im Unterricht



Ana CARAIVAN

Liceul Român-German "M. Kogălniceanu", mun. Chişinău

Warum benutzen wir Jugendliteratur im Deutschunterricht?

Jugendliteratur kann:

1. neue Welten erschliessen.
2. zu sich selbst und anderen finden helfen.
3. Spass machen, Sicherheit vermitteln, verändern, bestätigen.
4. ein Weg zur Beschäftigung und Aneignung von Sprache und Literatur sein.
5. wichtige Infos vermitteln.

Es gibt viele Bücher, die das leisten können. Und es gibt viele Jugendliche, die solche Bücher auch lesen wollen. Was aber Jugendliteratur im Unterricht ist und ob sie etwas Positives bewirkt, das entscheiden Lehrer und Schüler in ihrer gemeinsamen Arbeit. Es gilt folgende wichtige Aspekte zu beachten, wenn Jugendliteratur im Unterricht für die Schüler und für die Lehrer erfolgreich sein soll.

1. *Es gibt keine allgemeingültigen Regeln, Wege und Methoden für den Umgang mit Jugendliteratur im Unterricht. Aber:*

Der Umgang mit Jugendliteratur im Unterricht ist immer eine Suchbewegung von Schülern und Lehrern. Es kommt dabei auf die Erfahrungen, die Vorkenntnisse und die Erwartungen der Schüler und Lehrer an.

2. *Jugendliteratur im Unterricht braucht Sicherheit*
Ein Buch in einer Fremdsprache zu lesen ist Abenteuer und Herausforderung. Man muss riskieren, sich unsicher fühlen, nach dem Weg suchen. Dabei braucht man Hilfe und Unterstützung.
3. *Jugendliteratur muss für die Schüler und für die Lehrer Sinn machen.*

Die Schüler merken schnell wenn der Lehrer ihnen ein Buch vorschlägt, das ihm nicht gefällt. Dann passiert es so, dass auch den Schülern das Buch nicht gefällt und sie es nur aus Pflicht lesen. Die Bücher müssen zusammen mit den Schülern ausgewählt werden.

4. *Man muss über die Bücher sprechen können- aber nicht müssen.*

Jugendliteratur im Unterricht hat den Vorteil, dass

Schüler und Lehrer miteinander über das Buch reden können, sich austauschen können und wollen.

5. *Jugendliteratur muss man ernst nehmen und sie muss Spass machen.*

Wenn Schüler sich durch Jugendliteratur ernst genommen fühlen, macht sie ihnen Sinn und Spass.

6. *Man muss nicht alles wissen müssen.*

Nicht nur die Schüler sondern auch die Lehrer müssen nicht jeden Ausdruck kennen. Wenn das Buch gut ist, fallen den Schülern mehr Fragen und Eindrücke ein, als sie erwarten und beantworten können.

Wie kann man als Lehrer oder Lehrerin mit Jugendliteratur im Unterricht umgehen, wenn man alle diese Aspekte aufgreifen will?

Eine wichtige Voraussetzung ist, dass man Jugendbücher kennt und liest.

Eine weitere Voraussetzung ist, dass man mit den Büchern im Unterricht auch experimentiert.

Schliesslich ist die letzte Voraussetzung neue Anregungen und Tipps für den Unterricht mit Jugendliteratur in Deutsch zu bekommen.

ARBEIT MIT EINEM LITERARISCHEN TEXT ZUM

THEMA:

Ausländer in Deutschland.

Bevor die Schüler den literarischen Textauszug lesen, arbeiten sie an verschiedenen aktuellen Texten zum Thema Ausländer in Deutschland.

Arbeitsschritte

1. Texte lesen und global verstehen.
2. Schlüsselwörter kennzeichnen.
3. Unbekannte Wörter im Bezug auf den Kontext erklären
4. Das Wesentliche aus dem Text herausziehen.
5. Wörter und Redemittel für die Nacherzählung sammeln.



Angela CECELNIȚCHI

Liceul Român-German "M. Kogălniceanu", mun. Chişinău

6. Video, Projektarbeit, Zeitungsstudium im Deutschen Lesesaal.
7. Zusammenfassung des Textes erstellen.
8. Fortsetzung des Themas (der literarische Auszug)
Jugendliteratur «Yldiz heisst Stern» Isolde Heyne, Langenscheidt, Berlin-München-Wien-Zürich-New York.



An die Mauer neben dem Schultor waren in der Nacht die Sätze gespürt worden: Ausländer raus! Deutsche Schulen für deutsche Kinder! Und daneben Hakenkreuze und Symbole, die Yldiz wieder erkannte. So hatten die Tätowierungen der Kerle auch ausgesehen, die sie in den Wald geschleppt hatten. Yldiz' erste Reaktion war: Umkehren! Sofort wieder nach Hause laufen! Mich verstecken! Die meinen mich!

Doch dann ging sie mit Ulrike und Anna weiter. Ich kann jetzt nicht umkehren, dachte sie verzweifelt. Die anderen wissen doch nicht, was passiert ist. Sie würden nicht verstehen, warum ich davonlaufe.

Yldiz wurde übel. Kamen die Kerle jetzt auch schon hierher? Blass und unkonzentriert sass sie im Unterricht. Durfte das passieren, ohne dass jemand etwas dagegen tat? Sie war doch nicht die einzige Ausländerin an der Schule.

In der grossen Pause stand sie neben Ulrike und Markus. „Wir müssen was tun“, sagte Markus.

„Wir können nicht einfach zusehen. Flugblätter, Demos...“

„Ich glaube nicht, dass da viele von unserer Schule mitmachen“, sagte Ulrike. „Wenn es darauf ankommt, möchte ich sehen, wer wirklich dabei ist.“

Markus wollte davon nichts wissen. „Ich weiss, wie gefährlich die sind. Und ihr wisst das genauso. Aber sollen wir warten, bis auch bei uns die Asylantenheime brennen?“

Yldiz dachte: Und die Häuser, in denen Türken wohnen.

Sie sah, wie hilflos Markus war. Aber was sollte sie tun? Sie drehte sich um und ging in die Klasse zurück. Der Hausmeister war dabei, die Wand mit einem Besen und mit Wasser zu reinigen. Erst als sie nach Hause gingen, sprach sie wieder mit Markus darüber. „Weisst du, ob die Schulleitung was dagegen macht?“

„Sie werden Anzeige erstatten, gegen Unbekannt. Was sonst. Aber ich weiss, wo sie sich treffen. Die kommen auch aus anderen Städten, wollen provozieren, den Leuten Angst machen, damit sie sich wieder den starken Mann wünschen. Den Führer.“

Plötzlich wird Yldiz ganz bleich und zerrt Markus weg. „Was ist? Was hast du?“ Jetzt sieht auch er die Skins, die über die Kreuzung direkt auf sie zukommen. Yldiz klammert sich an die Jacke von Markus und versteckt ihr Gesicht an seiner Brust. Die Skins gehen an ihnen vorbei, ohne sie zu beachten. Yldiz zittert am ganzen Körper. Als sie ihren Kopf wieder hebt, sind die Glatzköpfe weg. „Das sind sie, Mark. Das sind sie!“

„Die haben die Wände beschmiert? Woher weiss du das?“ „Nein, das meine ich nicht“, stammelt Yldiz. Und dann erzählt sie Markus doch, was sie niemals hatte sagen wollen.

Markus hört schweigend zu und starrt auf die Strasse. „Diese Schweine!“, sagt er schliesslich leise. Er kann vor Erregung kaum reden. „Jetzt sind sie dran. Das schwöre ich dir, Yli. Warum hast du sie nicht angezeigt?“ „Warum? Anzeige gegen Unbekannt? Wie bei den Sprüchen an der Wand. Denkst du, da kommt was dabei raus? Damit wird doch alles nur noch schlimmer. Schwöre, dass du nichts sagst. Ich bitte dich, Mark.“

Markus schüttelt den Kopf. „Willst du denn immer vor ihnen davonlaufen, Yli?“

Plötzlich stand Murat vor ihnen. „Was will er denn schon wieder von dir? Hau ab!“

Markus wollte antworten, sagte aber dann doch nur: „Bis morgen, Yli. Und hab keine Angst.“

Dann ging er. „Was heisst das; Hab keine Angst?“, fragte Murat aggressiv und packte Yldiz am Arm. Yldiz riss sich los. „Halt dich da raus, Murat. Das geht dich nicht an.“ Dann lief sie los. Am nächsten Tag waren die Schmierereien von der Schulwand verschwunden.

UNTERRICHTSENTWURF:

Fach Deutsch

Thema Ausländer in Deutschland Textauszug aus dem Roman «Yldiz heisst Stern» Isolde Heyne

Lernziele

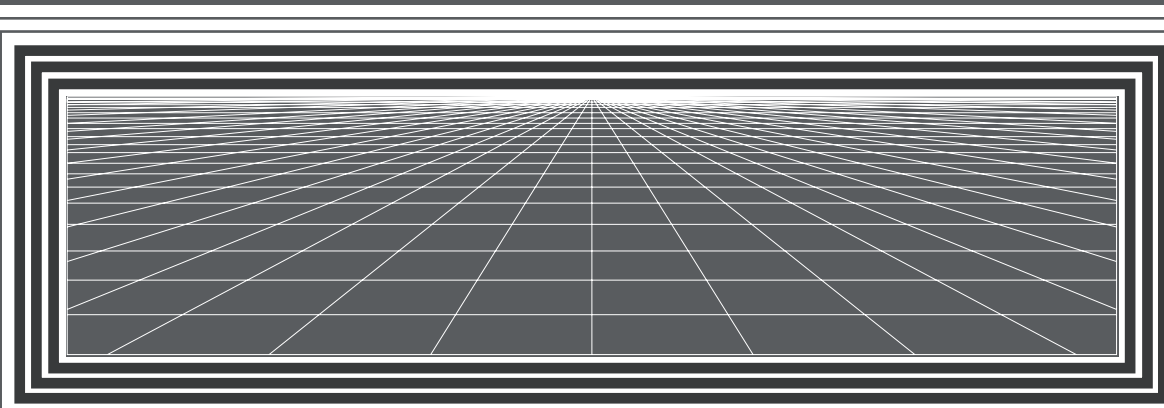
1. Vorkenntnisse zum Thema Ausländer in Deutschland aktivieren.
2. Wortschatz zum Thema festigen.
3. Assoziogramm bilden können.
4. Situationen zum Bild vor dem Text entwerfen

- können.
5. Vermutungen anstellen.
 6. Text lesen und global verstehen können.
 7. Eigene Meinungen äussern können.
 8. Neue Wörter und Redewendungen mit eigenen Wörtern erklären und sie in kommunikativen Situationen verwenden können.

9. Fragen stellen und auf sie antworten können.
 10. Lückentext mit den neuen Wörtern ergänzen können.
 11. Zusammenfassung erstellen können.
- Sozialformen: EA, PA, GA, Plenum.
Medien und Materialien: OHP, Textauszug, Bild, Kärtchen.

Zeit	Phase	Ziele	Lehreraktivität	Schüleraktivität	Sozialformen	Evaluation
	Einführung	-die Neugier der Schüler wecken, -Impulse geben, -Vorkenntnisse aktivieren -Vermutungen anstellen -Assoziogramm bilden	-schreibt Schlüsselwörter an die Tafel und verteilt die Arbeitsbogen mit Assoziogramm -baut Spannung auf Bild auf dem Oberheadprojektor -fragt nach eigenen Erfahrungen und stellt die Frage „Warum könnte es auf dem Bild gehen?“	-schreiben die Assoziationen zum Schlüsselwörter -bilden das <i>Studium Angst Hass</i> Fremde in Deutschland <i>Arbeit Streit Verbrechen</i> Assotiogramm -sprechen Vermutungen aus -berichten eigene Erfahrungen	EA PA Plenum	schriftlich einander ergänzen mündlich
	Präsentation	-den Text lesen und global verstehen	-verteilt die Arbeitsblätter -bittet die Schüler den Textauszug zu lesen -fragt: “Was habt ihr verstanden?” -fordert einige Schüler auf, die eigene Meinung zu äußern.	-lesen den Text -erzählen, was sie verstanden haben. -äußern die eigene Meinung.	EA Plenum Plenum	mündlich
	Semantisierung	-den Text auf Satz und Wortebene verstehen	-bittet die Schüler den Text noch einmal zu lesen -bittet die Schüler, die neuen Wörter und Redewendungen herauszuschreiben -bittet die unbekanntes Wörter zu erraten und sie mit eigenen Wörtern zu erklären (falls die Schüler das nicht können, erklärt der Lehrer selbst die Wort- bedeutungen)	-die Schüler lesen den Text noch einmal -die Schüler suchen und schreiben die neuen Wörter ins Vokabelheft -die Schüler versuchen, die neuen Wörter im Bezug auf den Kontext zu klären	EA EA Plenum	schriftlich mündlich
	Übungsphase	-die Schüler können die neuen Wörter und Redewendungen in den Übungen	-gibt differenzierende Aufgaben -gibt Kärtchen mit dem Lückentext -gibt Kärtchen mit	-die Schüler bekommen die Kärtchen und lesen die Aufgaben, -die Schüler setzen die neuen Wörter in den Lückentext ein.	PA PA	schriftlich schriftlich

		<p>anwenden. -die Schüler können zum Textauszug die Fragen stellen und können diese Fragen beantworten -die Schüler können die neuen Strukturen in den kommunikativen Situationen anwenden</p>	<p>den Redewendungen und passenden Situationen dazu. -fordert die Schüler auf, die Zusammenfassung des Textes zu machen</p>	<p>-die Schüler ordnen die Situationen den passenden Redewendungen zu -die Schüler geben den Inhalt des Textes wieder.</p>	EA	mündlich
	Hausaufgaben Thematische Erweiterung	<p>-die Schüler müssen auf die Problematik eingehen können, -die Schüler müssen mit eigenem Land vergleichen können</p>		<p>-die Schüler lesen den Roman weiter (fakultativ nach dem Wunsch)</p>		



RUBRICA EDUCATORULUI



Silvia **STRĂTILĂ**

Liceul "V. Alecsandri", mun. Chișinău

„De aceea ajungem cu greutate la însănătoșire, fiindcă nu știm că sîntem bolnavi”. (Seneca)

Apa este vitală pentru existența noastră. De cele mai multe ori o concepem ca necesitate alimentară sau sursă de curățire de impurități. Ne-am gândit însă vreodată că apa, utilizată intern sau extern, are proprietatea de a ne proteja, nu doar de impurități, dar ne îndepărtează și de energia negativă? După îndelungate minute de plîns, stropim fața cu apă din belșug, pentru a o împrăști, dar și pentru a alunga stresul și încordarea care au încătușat întreg organismul. Apa potolește setea și uneori foamea; lipsa ei ne afectează nu doar fizic, dar și psihic.

Scriind despre apă, nu doar ca izvor al vieții, ci și ca generator de sănătate, mă gândesc că e foarte indicat ca un diriginte, profesor de matematică, de fizică sau de limba română, să discute cu discipolii săi despre sănătate. Uneori elevii posedă mai multe informații la tema dată, preluate de la orele de biologie, din emisiunile televizate, de la cluburile sau cercurile pe care le frecventează, și atunci discuția devine mai coerentă și mai interesantă.

Pentru a-i face să înțeleagă ce este sănătatea profesorul trasează mai multe obiective:

- să definească noțiunile de igienă;
- să valorifice resursele oferite de natură în păstrarea sănătății;
- să determine raportul dintre sănătatea fizică și randamentul intelectual, dintre sănătatea fizică și cea psihică;
- să identifice semnele de manifestare a principa-

O urare la români: Multă sănătate!

lelor boli transmisibile, căile de transmitere și măsurile de prevenire;

- să relateze despre regulile de igienă în colectiv (clasă, excursii, tabere, drumeții etc.);
- să descrie principalele transformări anatomo-fiziologice și psihice specifice vârstei și sexului etc.

Există o serie de subiecte care merită a fi discutate cu elevii, în funcție de vârsta lor: “O urare la români: Multă sănătate!”; “Igiena clasei și a locuinței”; “Program rațional de muncă, odihnă și joc”; “Am mai crescut. Ce constat?”; “Pubertatea – pragul adolescenței” etc.

Dacă în ciclul primar profesorii recomandă temele: „Regulile de igienă: alcătuirea regimului zilnic”, „Plantele medicinale și sănătatea”, „Natura, mișcarea – surse de sănătate”, iar în clasele gimnaziale – „Am mai crescut. Ce constat?”, „Igiena personală”, atunci în cele liceale elevii înșiși propun subiecte de discuție. Ei vor să afle mai multe despre sex, îi interesează părerea maturilor (a dirigintei) cum să procedeze într-un caz sau altul, sînt tentați să știe mai multe despre viața în cuplu. La o lecție de dirigenție, în clasa a XII-a, discuția despre dragoste și manifestările ei s-a încins în momentul în care băieții și fetele s-au divizat în tabere adverse, unii privind dragostea ca pasiune, alții ca sentiment. Băieții tratau tema superficial, fetele însă erau mai echilibrate, luînd în serios orice cuvînt. De aceea, le-am propus liceenilor cîteva teste: Te potrivești într-o relație? Cum iubești? Sînt o persoană romantică? Vă place să fiți încrezători? Sînteți seducător/seducătoare? Cum se manifestă gelozia? (modelele sînt luate din „Teste de personalitate” de Peter McMillan; Editura Aldo Press, București).

La orele de dirigenție putem discuta și despre stres, frecvent întîlnit astăzi, indiferent de vîrstă, rang, domeniu de activitate, zonă de trai. Cauzele stresului sînt diferite, dar consecințele aceleași. În țările avansate la baza lui se află tehnologiile ultramoderne, intensitatea înaltă a muncii, ritmul accelerat de viață, iar în țările subdezvoltate precaritatea nivelului de trai și factorii legați de el – nesiguranța în ziua de mîine, dificultatea de a găsi un loc de muncă, privațiuni cotidiene și, drept urmare, certuri în

familie etc. Calamitățile naturale, catastrofele, accidentele, problemele de sănătate sînt un grav factor stresant, indiferent de nivelul de trai al celor afectați.

La elevi stresul este cauzat de programul încărcat de studii, dar și de insistența maturilor (părinților, pedagogilor), care le domină interesele. Pentru a diminua stresul acumulat în timpul evaluărilor, temelor complicate, la care se mai adaugă tachinările zilnice ale unor cadre didactice etc., le sugerez elevilor că la ora de dirigenție (care, de obicei, e a șaptea în orar) îi așteaptă o surpriză. Fie că acest eveniment neașteptat ar fi prezența unui medic ori a psihologului, fie că într-o discuție mai degajată vom analiza anumite aspecte legate de sănătatea lor.

Cum procedez atunci cînd colectivul clasei este implicat și în activități ce presupun efort fizic – profilactica generală în sala de clasă sau amenajarea spațiilor verzi? Cunosc o familie care și-a dorit enorm un copil. Acesta a venit pe lume tîrziu, după ce părinții au explorat mai multe subsoluri ale medicinei; de aceea își țineau copilul sub un control strict, protejîndu-l de orice i-ar fi dăunat sănătatea precară. Din cauza imunității sale scăzute, eu, ca diriginte, îl scuteam de eforturi fizice suplimentare (să ude florile, să sape parcela în jurul școlii etc.). Însă aspectul său athletic și mai ales dexteritățile, grație cărora îi depășea pe mulți colegi la învățătură, nu trădau probleme de sănătate. Probabil, din invidie, colegii au izbucnit într-un val de mînie: – „Toți avem drepturi egale!”. Mi-a fost destul de greu să-i iau apărarea, să le amintesc că are imunitate scăzută, că este alergic la praf etc. Asemenea atitudini apar frecvent în clasele superioare, cînd elevii își respectă mai mult individualitatea. De aceea discuțiile despre sănătatea fiecărui membru al colectivului, la orele de dirigenție, sînt iminente.

În altă situație, un elev care avea probleme de loco-moție, mișcîndu-se mai greu decît ceilalți, nu provoca nici cele mai vagi discuții cînd venea vorba de muncă. Și nu pentru că bunii săi colegi erau generoși, dar pentru că elevul, din cauza handicapului său, a devenit timid, retras și conștient că se va încadra mai greu în societate. În acest caz, la ora clasei aduc cele mai subtile exemple despre tineri cu pronunțate malformații care au învățat să scrie

și să deseneze cu degetele de la picioare, despre organizarea unor festivaluri de dans pentru hiperacuzi etc. Astfel, puterea și încrederea elevului va spori în rînd cu ceilalți.

Ora despre consumul de alcool și efectele sale dramatice asupra organismului, despre traseul de la plăcere la boală sau despre ajutorarea unei persoane dependente de alcool nu o vom reduce doar la citirea unui referat. Vom analiza mai multe exemple din viață, ceea ce pe unii îi va mișca, pe alții îi va provoca să acorde sprijin persoanelor afectate de acest viciu, iar altora le va trezi repulsie, conștientizînd că se recomandă a folosi băuturi alcoolice doar în cantități moderate.

În clasele mici dirigențele va suplini funcția medicului și le va vorbi elevilor despre importanța vitaminelor în alimentație. Pentru ca teoriile să fie și aplicate, fiecare cadru didactic va avea grijă să nu-i răpească copilului pauza în care acesta va savura cîteva vitamine din pachetul pregătit acasă.

Pentru stimularea sănătății tinerei generații, în școală sînt mediatizate teme despre SIDA, despre boli sexual transmissibile. Este indicat ca dirigențele să invite un specialist care va oferi informații detaliate, cît și unele sugestii.

Toate aspectele sănătății trebuie abordate cu o mare doză de seriozitate, ca și jurămîntul lui Hipocrat. Ne-am gîndit însă că și rîsul vindecă? O dovedesc zeci și sute de studii pe această temă. După cercetări aprofundate, cu ședințe regulate de rîs, s-a observat că rezistența la stres crește simțitor, depresia dispare, valorile glicemiei și ale tensiunii arteriale se ameliorează considerabil, se consolidează imunitatea organismului!

Admir rîsul la tineri, dar nu cu exces de zel. Este bine să poți rîde în fața durerii sau a bolii, atîta timp cît nu e nevoie de intervenția medicului. Există un fel de rîs, ușor molipsitor și agreabil, care apare la persoanele îndrăgostite sau rîsul sănătos generat de buna dispoziție. El trebuie cultivat și educat, așa cum trebuie educată și cultivată atitudinea grijulie față de sănătatea fizică – un reper pentru sănătatea spirituală. Or, sănătatea întrece atît de mult toate bunurile exterioare, încît “un cerșetor sănătos este mai fericit decît un rege bolnav” (Schopenhauer).

Igiena sufletului

Din perspectivă creștină omul este o făptură dihotomică, adică făcută din trup și suflet. Spre deosebire de corp, sufletul nu moare niciodată. Scriptura ne spune că viața pe pămînt este trecătoare și nu reprezintă decît o pregătire pentru viața veșnică – Împărăția lui Dumnezeu. Ca să înțelegem ce înseamnă viața veșnică, să ne imaginăm că muierăm un deget într-o mare sau ocean. Apa de pe deget simbolizează viața pămîntească, iar cea rămasă – viața de dincolo de moarte. Și atunci ne



Natalia **TURCANU**

Liceul “Columna”, mun. Chișinău

întrebăm: Cum să ne rînduim viața pe pămînt? Cum putem trăi și după moarte?

Conform preceptelor biblice, în Rai ajunge doar omul curat sufletește, și nu cel plin de păcate. Scopul vieții trebuie să fie mîntuirea, adică curățirea de păcate și sfințirea noastră. În prezent, acest lucru pare a fi greu de realizat, dar totuși este posibil, așa cum ne-a confirmat-o părintele Paisie, un mare duhovnic al sec. al XX-lea, care și-a trăit viața întru Hristos pe muntele Athos.

Astăzi, pe plan material, putem obține totul. Pentru unii oameni acesta constituie scopul vieții. Ei se amăgesc crezînd că îndestularea materială le va asigura fericirea. Pentru a nu ajunge la astfel de „judecăți”, este necesară o educație creștină alături de Biserica lui Hristos încă de mic copil. Nou-născutul intră în Biserică ca om, iar după botez părinții se întorc acasă cu un înger. Într-adevăr, micuții au chip de înger și este dificil să opui rezistență inocenței și gingășiei lor. Ei sînt frumoși pentru că nu cunosc și partea negativă a relațiilor dintre oameni, spune Grigore Vieru.

Cîtă vreme sînt mici, copiilor li se povestesc despre Dumnezeu lucruri frumoase, care îi mișcă și îi fascinează aidoma basmelor. Cu trecerea anilor însă ei nu se mai mulțumesc să asculte. În zadar li se repetă că Dumnezeu este Cel ce aduce pacea, de vreme ce îi văd pe părinți, care sînt primul model, cum se ceartă. Sufletele lor suferă cînd li se spune una, dar văd alta.

Părinții trebuie să știe cum să coboare la nivelul de înțelegere a copiilor pentru a-i dobîndi întru Hristos, deoarece sînt pentru ei Apostolii Evangheliei. Taina pedagogiei stă în cuvîntul Apostolului Pavel: „Cu cei slabi, m-am făcut slab, ca să-i dobîndesc și să-i mîntuiesc” (1 Cor.; 9, 22). Idolatrizîndu-și copiii, părinții sînt dispuși să considere obrăznicia și neascultarea drept forme de manifestare a personalității. Dragostea exagerată le va trezi însă orgoliul, iubirea de sine și îi va înstrăina. De aceea, atunci cînd copiii își formează prima impresie despre viață și lume, întîietatea urmează să-i revină lui Dumnezeu. De-a lungul anilor vor cunoaște multe încercări și căderi, dar vor găsi sprijin și vor avea puterea să se ridice.

„Cei șapte ani de acasă” ar trebui să fie anii în care copilul capătă deprinderile și educația necesare viețuirii în lume. Greșesc părinții care nu sînt preocupați de educația celor mici sau o înțeleg denaturat. Conștientizînd faptul că unele jocuri pe calculator sau filme, cu toată atractivitatea lor, au un impact negativ asupra psihicului uman, părinții trebuie să atragă atenția copiilor asupra altor modalități de petrecere a timpului liber. Sînt binevenite îndeletnicirile care să le solicite ingeniozitatea și interesul, care s-ar solda cu rezultate concrete. Experiența de secole a Bisericii arată că mintea primește cel mai ușor păcatul atunci cînd nu are nici o preocupare. Munca echilibrată, în familie sau colectivitate, contribuie la fortificarea sănătății fizice și psihice, cultivă altruismul, vindecînd lenea și egoismul.

Cel mai important lucru este să discuți mereu cu copilul. A-l face să înțeleagă că este responsabil de consecințele faptelor sale, că ridicarea din cădere este un proces anevoios, implică multă răbdare și mult tact.

Problemele apar o dată cu adolescența, cînd personalitatea copiilor se încheagă. Secolul XX a adus o modificare puternică de mentalitate. Paralel cu progresul tehnologic, a avut loc o „emancipare” spirituală, altfel spus ruperea de tradiție. Ceea ce altădată era considerat un mare păcat (desfrîul, avortul, beția), astăzi este tratat cu toleranță.

Sfîntul Vasile cel Mare în „Cuvînt către tineri” îi îndeamnă pe contemporani să nu respingă operele înțelepților din antichitate, ci să culegă ca albinda de pe flori tot polenul din scrierile acestora. Generația în creștere trebuie să aibă discernămînt, să nu nege tradiția, orientîndu-se doar după lucrurile „la modă”.

Una din marile crize ale zilelor noastre o constituie lipsa unor modele de comportament. Tinerii simt nevoia să imită, să copieze anumite gesturi și atitudini. Din nefericire, deseori modelele pe care le urmează sînt exemple de rătăcire. De aceea, cunoașterea vieții Sfinților are un rol deosebit în formarea personalității tinerilor.

Așadar, dacă igiena sufletului începe în familie, din fragedă vîrstă sufletul va da roade bogate.

Părintele Epifanie de la Athos îi povățuiește pe părinți: „Să vorbiți mai mult lui Dumnezeu despre copiii voștri decît copiilor voștri despre Dumnezeu”. O educație creștină corectă are nevoie mai puțin de cuvinte, și mai mult de exemplu, de rugăciune.

Rugăciunea înseamnă dialogul nostru cu Dumnezeu, iar pentru a ne curăți sufletul ea trebuie să fie sinceră, curată. Aceasta însă nu se dobîndește pînă nu ne vom împăca cu toții: „Cheia Împărăției Cerurilor este: să nu judeci pe nimeni, să nu te mînie, să nu ții minte răul”. La prima vedere, sînt lucruri ce par cu neputință de realizat. Dar ne vine în ajutor *postul*, care constituie, de fapt, o virtute, un exercițiu de stăpînire a poftelor trupului și de întărire a voinței. Postul trupesc durează o anumită perioadă de timp, iar cel sufleteș, care constă în înfrînarea minții de la gînduri pătimașe, n-ar trebui să se termine niciodată.

Toți avem chemarea de a ne urca la o cît mai mare înălțime duhovnicească. Dar să avem grijă să nu ne propunem ca scop săvîrșirea minunilor, ci mîntuirea sufletului, pentru că toate celelalte le adaugă Dumnezeu. Trebuie să fim smeriți, și nu mîndri. Dumnezeu nu forțează pe nimeni, întrucît fiecare are rațiune, voință și libertate. Sfînta Scriptură, Biserica reprezintă itinerarul care trebuie urmat, dacă vrem să fim cu Hristos. Fericit este acel om care-și pune nădejdea în Dumnezeu și își orientează cele trei facultăți ale sufletului spre calea mîntuirii.

Așa să ne ajute Dumnezeu!



Elena SĂRĂȚILĂ

Liceul „Meșterul Manole”, s. Sălcuța, r. Căușeni

O familie sub semnul poeziei

Teatrul poetic „Comoara” de la Liceul „Meșterul Manole” din Sălcuța Căușenilor, fondat mai bine de douăzeci de ani în urmă de dna Liuba Pleșca-Sănduță, inimoasă profesoară de limba română, a reușit din prima zi să se impună ca fenomen cultural cu valențe cognitive și educaționale greu de subestimat. În primul rînd, pentru că a elabora un spectacol, cum ar fi „Părinți și copii” sau „Ștefane, Măria Ta”, este nevoie de multă muncă, de lecturi. Atît profesorii cît și elevii sînt antrenați într-un proces de selectare, de triere a patrimoniului poetic românesc. Altfel zis, teatrul este mai întîi un cenanclu literar, menit să scoată în vileag valoarea cuvîntului. A găsi o poezie care să convingă prin mesaj, forță interioară, substrat metaforic înseamnă a crea o mică sărbătoare. Contactul permanent cu poezia are un efect cognitiv-educational care nu poate fi obținut prin alte mijloace. Fiecare spectacol (or, numai în ultimul an au fost montate patru) poate fi oricînd extins, completat cu ceva valoros. În al doilea rînd, un spectacol poetic nu este o simplă juctapunere de versuri. Mai mult, el depășește și cadrul unei banale compoziții literare. Este vorba de un joc al nuanțelor, al undulației emotive deosebit de prețioase în ceea ce s-ar numi artă teatrală.

Tot la capitolul cunoașterea poeziei ar trebui menționat și faptul că o poezie de declamat (cîntat, doinit)

nu este numai o poezie clasică – în spectacolele cu tematică socială, mai ales, se cuvine a depăși ceea ce este ușor compromis prin recitare excesivă. Această „dozare”, de a cărei necesitate vorbea la timpul său marele George Călinescu, conferă actului teatral prospețime, exclude banalul, gestul gratuit. Este loc deci și pentru versul alb, care elimină din start abordarea „țcănită” a poeziei. Ne gîndim la înglobarea într-un spectacol a unor surprinzătoare prin frumusețea lor poezii de Magda Isanos.

Desigur, un spectacol nu poate fi conceput fără muzică. În acest context, două momente ni se par deosebit de importante. Primul: multe melodii sînt compuse de profesorii și copiii înșiși. Unele dintre acestea își au deja viața lor separat de spectacolele în care au fost lansate. Al doilea moment este că „fundalul” ideal al unor spectacole îl constituie muzica de valoare – cea clasică și de inspirație clasică. E o culme deloc ușor de escaladat. Norocul nostru că patronul spiritual al teatrului, părintele Nicolae Jelihovschi, are o solidă pregătire muzicală și știe să selecteze exact ceea ce consumă, amplifică mesajul poetic.

În sfîrșit, ar trebui menționat modul de abordare a poeziei egal cu felul în care poate fi crescut un actor. Munca asiduă asupra textului este greul cel mai greu, mai ales cînd urmezi ușor principiul maximalist instituit în cadrul teatrului: dacă ai spus un cuvînt și nu ai văzut în ochii celor din sală o lacrimă, degeaba ai urcat pe scenă.

Teatrul poetic „Comoara” are, la moment, circa cincizeci de copii. Este dificil să lucrezi cu un contingent atît de numeros, dar nu renunțăm. „Veteranii” trupei, risipiți prin toată lumea, atunci cînd revin pentru scurt timp acasă, trec neapărat pe la liceu cu un scop declarat – să vadă teatrul. Pentru că teatrul este o familie, iar o familie bună n-ai cum s-o uiți.

* Rubrică realizată cu sprijinul Guvernului Statelor Unite ale Americii.



Margareta EPURE

Liceul "Al. Mateevici", or. Dondușeni

„O educație bună este izvorul întregului bine în lume”.

(Immanuel Kant)

Unul dintre obiectele de studiu care au o importanță deosebită în formarea personalității elevului este educația tehnologică. Curriculumul școlar la această disciplină ne oferă mari posibilități de a dezvolta, păstra și valorifica creația populară, de a educa o atitudine grijulie față de patrimoniul național, de a modela personalitatea fiecărui elev prin cea mai frumoasă formă de exprimare – arta (1, pag. 5).

Străbunii noștri nu ne-au lăsat drept moștenire piramide de genul celor egiptene sau zăcăminte de aur și argint: tot ce avem mai de preț este arta populară – cultura de secole șlefuită pînă la strălucire de diamant.

Tinerii de astăzi sînt absorbiți tot mai mult de lumea modernă – o lume a computerelor, unde rămîne prea puțin loc pentru emoții. Orele de educație tehnologică însă ne oferă șansa de a vedea frumosul, de a crea și a păstra valorile naționale, de a admira ornamentele de pe covoare, prosoape, fețe de masă, costume naționale – adevărate comori nepieritoare transmise din generație în generație.

Cercul etnografic „Cununța” ce activează în cadrul liceului „Alexei Mateevici” din orașul Dondușeni are ca obiectiv renașterea și valorificarea vechilor ornamente populare, pe care le descoperim în lada de zestre a străbunelor noastre din localitățile rurale situate la nordul Moldovei.

În ornamentele ce le-am cules de pe covoare, mileuri și prosoape s-a oprit veșnicia, imensitatea cerului, bunătatea sufletului; a încremenit moartea, iar viața a înflorit. Studiindu-le cu atenție, am descoperit că ele exprimă gîndul și sufletul poporului nostru, de aceea se cuvin a fi nu doar admirate, ci și însușite.

Elevii au adunat cu grijă multe „minuni” executate de mîinile iscusite ale meșterilor și au aflat cu surprindere că acestea au cele mai dramatice denumiri: „Destinul omului”, „Viața omului”, „Pomul vieții”, „Hora morții”, „Lacrimele fiului”, „Ochiul mamei vitrege” etc. Fiecare

Prin artă... spre bine. Arta decorativă aplicată la orele de educație tehnologică

motiv este o lume aparte, fiecare lucrare ornamentală își are farmecul său.

Am discutat cu elevii pentru a-i face să înțeleagă ce este o creație artistică, ce înseamnă arta populară, descoperind astfel universul culturii – expresia vieții unui popor.

Pentru a cunoaște și a prețui lucrările de artă populară, am întreprins mai multe excursii la Muzeul Național din satul Țaul, am realizat împreună cu elevii emisiuni radiofonice, televizate, am organizat expoziții școlare, zonale și republicane. Încununarea muncii noastre de cercetare etnografică a constituit-o elaborarea culegerilor de ornamente inedite din zona de nord a Moldovei și a două albume: „Ornamente și legende pentru broderie” și „Albumul de ornamente pentru croșetare”.

Fără îndoială, fiecare dintre noi a ținut în mînă și a admirat un prosop sau o ie brodată în stil național. Dar mai puțini știu că această broderie poate prinde grai. Or, fiecare element al ei este un simbol ce poate povesti multe; fiecare crenguță sau floriceică ascunde în sine o legendă, pe care străbunicile noastre au ticluit-o cu ochiul minții și al inimii și ne-au lăsat-o moștenire.

Elevii au întocmit portofolii personale “Harta comorilor mele”, în care au descris cum arată comoara sufletului, ce capacități și cunoștințe trebuie să posezi, ce dorințe te pot ajuta să ajungi la ea și au concluzionat că fără înțelegerea și păstrarea patrimoniului etnofolcloric, fără bogăția artei populare, fără rădăcinile culturii naționale sîntem săraci. Prin activitatea de cercetare facem descoperiri uimitoare și nu lăsăm să zacă sub praful uitării nici un obiect de artă.

Elevii conștientizează că trebuie să muncească mult, să învețe de la viață, să venereze și să făurească frumosul. Poetul Grigore Vieru spune: „Pînă și melcul lasă o urmă de argint în urma sa! Voi ce lăsați?”.

De un real ajutor sînt și chestionarele (2, nr. 1 (2), p. 182) propuse spre cercetare la următoarele teme:

“Meșteșuguri și îndeletniciri”

1. Din ce localitate, zonă etnofolclorică proveniți?
2. Cine sînt părinții, bunicii, străbunicii dvs.?
3. Ce îndeletniciri cunoșteau ei?
4. Ce meserii practică acum?
5. Ce lucrări pot confecționa?
6. Ce lucrări s-au păstrat în familie?
7. Ce ornamente sînt imprimate pe aceste lucrări?

“Cultura materială”

8. Cum arată casa bunicilor, străbunicilor dvs.? Prin ce se deosebește de cea a vecinului?
9. Cum este amenajată Casa Mare? Descrieți interiorul acesteia.
10. Descrieți portul popular din localitatea dvs. (dacă s-a păstrat).

“Cultura spirituală”

1. Ce obiceiuri și sărbători calendaristice se respectă în familie?
2. Ce datini familiale s-au păstrat?
3. Ce calități prețuiești mai mult la moldoveni?
4. Cum vă petreceți timpul liber?

Aceste chestionare contribuie la valorificarea izvorului nesecat al artei populare, la realizarea educației artistico-estetice a discipolilor, la descoperirea valorilor familiale.

Tot în acest scop am propus membrilor cercului etnografic un chestionar la tema „Horboșica în tradițiile moldovenești” (vezi Anexa). În rezultat, copiii au conștientizat importanța creativității pentru sănătatea mintală; că părinții, bunicii au depus un efort deosebit, o muncă sîrguincioasă pentru a realiza lucruri frumoase ce vor dăinui în timp. De asemenea, s-au convins de faptul că arta decorativă aplicată este bogată și variată, că din generație în generație, meșteri anonimi foloseau ornamente care constituie niște imagini și simboluri ce au supraviețuit pe țesătura de casă, șervețele, prosoape, covoare, păretare, fețe de masă, marame, sculpturi în piatră și în lemn, reflectînd un anumit mod de viață, un anumit mediu cultural, ceea ce explică continuitatea și perenitatea lor. Ornamentele poartă ecouri îndepărtate ale relației om-natură-credință-rituri, ale unor fenomene cu adînci semnificații și puternice corelații în trecut, de aceea pe lîngă valoare estetică au și una istorică, documentară.

Prin așezarea la răscruce de drumuri, zona carpato-danubiano-pontică – leagăn de formare a poporului român – a păstrat o artă greu de găsit în altă parte a Europei. În ornamente transpar urme ale strămoșilor noștri geto-daci, elemente ale strălucitei culturi greco-romane și bizantine, ale perioadei medievale și ale legăturilor din Europa centrală și apuseană.

Ornamentica este arhitectonica ce constă din podoabă grafică (picturală, sculpturală, stilistică etc.) cu care se înfrumusețează obiectul dat. Ornamentele, indiferent cum le privim – ca emblemă, atribut sau alegorie – au un numitor comun: sînt semne, mijloace de comunicare. Situat în mijlocul unui univers compus, omul le înregistrează și le codifică potrivit unei anumite viziuni; în dialog cu realitatea el descoperă forme variate și le transformă, investindu-le cu informație estetică, semantică și afectivă.

În acest sens, am alcătuit un tabel didactic ilustrativ „Motive ornamentale”, clasificîndu-le după valoarea lor artistică decorativă (4, pag. 93):

1. Geometrice (romburi, pătrate)
2. Vegetale (fitomorfe)
3. Animale (zoomorfe)
4. Antropomorfe (figuri omenesti)
5. Scheomorfe (fulgi, cîrlige, fîntîni)
6. Religioase (cruci, prescuri, prestolnice)
7. Cosmomorfe (soare, stele)
8. Geomorfe (păduri, ape).

Motivul decorative dispuse în registre, de o fantezie uimitoare, cu un deosebit simț al armoniei, realizează acea unitate stilistică rar întîlnită la alte popoare, străbătută în toate manifestările ei de un profund realism. Studiind arta populară, putem observa cum motivele decorative de pe ie, scoarță, fote se regăsesc și în ornamentica ceramicii, în încrustările în lemn. Acestea constituie documente de mare valoare culturală, etnografică și artistică, reprezentînd măiestria de secole a meșterilor noastre. Remarcăm că a fost păstrată nu numai „zestrea” de ornamente, dar a fost preluat și modul de aranjare simetrică a acestora, locul amplasării pe obiecte.

Am folosit următoarele metode:

1. Descoperirea personală sub îndrumarea profesorului;
2. Descoperirea inventivă (elevul studiază, creează);
3. Descoperirea prin documentare (informativă și practică), redescoperirea adevărurilor științifice aplicative (ornamente cu pașaport și legendă).

Am propus elevilor un plan concret de cercetare și anume: pașaportul ornamentului, care dezvăluie esența lui:

1. Denumirea ornamentului (ex. „Fîntînila”, „Drum de țară”)
2. Denumirea obiectului (mileu, prosop, covor) pe care este amplasat ornamentul
3. Cine a confecționat acest obiect (numele, prenumele)
4. Localitatea unde a fost găsit obiectul de artă
5. Anul confecționării
6. Tehnica confecționării (țesut, brodat, croșetat etc.)
7. Materialul din care este confecționat obiectul
8. Reprezentarea grafică a ornamentului și a lucrării
9. Descrierea legendei ornamentului (dacă există)
10. Cine și cînd a descoperit ornamentul dat (numele și prenumele elevului, clasa, anul).

Datorită muncii asidue, am colectat cu grijă zeci și zeci de ornamente, adevărate icoane vechi ale sufletului omului de la țară.

Elevii ajung la convingerea că nu este suficient să-ți cultivi o atitudine estetică față de obiectele populare, ci și să trăiești după legăturile frumosului, care sînt și ale naturii, ale vieții sociale, căci omul este mereu chemat să creeze, să lase ceva în urma sa: un copac, o fîntînă, un copil. Artă constituie o comoară pe care o poți crea; poți făuri frumosul cu mîinile tale.

Curriculumul la obiectul de studiu “Educație tehnologică” include următoarele finalități (5, pag. 7).

- educarea și dezvoltarea gândirii logice și a spiritului creativ în găsirea de forme (simțul măsurii, comoditatea mișcării, dimensiunile potrivite, estetica tradițională);
- dezvoltarea capacității de a sesiza fenomene în creația populară și de a aprecia valorile, a le prelua și adapta la noile condiții;
- educarea gustului estetic și atitudinii critice în procesul realizării compozițiilor ornamentale, alegerii culorilor și îmbinării nuanțelor, a tehnicii de brodat;
- dezvoltarea capacității de sinteză în procesul colectării materialelor etnografice pe teren și selectării lor.

Scopul major al educației tehnologice constă în formarea abilității de a folosi motive colecționate în confecționarea diferitelor obiecte de port, de uz casnic;

de a adapta vechile ornamente la înfrumusețarea unor lucrări noi. Munca elevilor a fost orientată pe un făgaș care să nu-i abată de la tradiție, să nu ducă la deformarea motivelor populare și la copierea elementelor străine de prost gust, ci la realizarea unor obiecte de valoare.

REPERE BIBLIOGRAFICE:

1. *Educația tehnologică. Curriculum școlar pentru cl. V-a - IX-a*, Editura Cartier, Chișinău, 2000.
2. *Revistă de etnologie*, nr. 1, 2, 1997.
3. *Imagini și permanențe în etnologia românească*, Editura Știința, Chișinău, 1992.
4. Culegere de referate de la conferința științifică jubiliară “Universitatea Pedagogică de Stat “I. Creangă” la 60 de ani”, Chișinău, 2000.
5. Rusu, A., *Programa experimentală. Educația tehnologică pentru cl. VII*, Editura Lumina, Chișinău, 1995.

ANEXĂ. CHESTIONAR LA TEMA “HORBOȚICA ÎN TRADIȚIILE MOLDOVENEȘTI”

1. Ce tipuri de horboțică cunoașteți?
2. Numiți câteva obiecte (de ritual, uzuale) împodobite cu horboțică.
3. Care este funcția pieselor, articolelor croșetate (utilitară, de sărbătoare, de ritual)?
4. Ce știți despre proveniența horboțelelor?
5. Ce știți despre horboțică ca element de decor în trecut și prezent?
6. Știți să croșetați?
7. Cine și când v-a învățat să croșetați?
8. Numiți primul obiect croșetat de dvs.
9. Croșetează cineva în familia dvs.?
10. Ce ață folosiți la executarea horboțicăi pentru prosoape, pentru împodobirea obiectelor vestimentare?
11. Numiți piese de îmbrăcăminte pentru femei, împodobite cu horboțică.
12. Ce tradiții cunoașteți în satul (orașul) vostru, unde sînt folosite articole croșetate ori împodobite cu horboțică?
13. Sînt frumoase aceste tradiții? Ce am putea face să fie și mai frumoase?
14. Cu ce fel de prosoape cu horboțică se leagă nașii, starostele, rudele apropiate la nunțile din satul (orașul) dvs.?
15. Domnișoarele din localitatea dvs. croșetează singure horboțica pentru prosoapele de nuntă?
16. Prosoapele de nuntă sînt lucrate în familie ori le cumpărați?
17. Ce fel de legături se practică în satul (orașul) dvs. la nunți, înmormîntări?
18. În ce sate din vecinătate se leagă la nunți numai cu prosoape?
19. Ce știți despre ornamentica în horboțică?
20. Numiți simbolurile în horboțică.
21. Desenați în prealabil ornamentul ales?
22. Numiți cele mai răspîndite motive ornamentale (în satul dvs.) în horboțica de la prosoape, fețe de masă, deschisuri de pernă, articole folosite la împodobirea interiorului?
23. Ce motive au fost larg răspîndite în trecut în horboțica pentru prosoape, fețe de masă, deschisuri de pernă, batistuțe, șervețele, diverse obiecte vestimentare?
24. Faceți schițe, fotografați, colecționați modele vechi de horboțică?

Educația pentru sănătate



Sorin CRISTEA

Universitatea București

Educația pentru sănătate poate fi definită și analizată din trei perspective complementare: 1) ca valoare pedagogică aflată la baza curriculumului școlar prin intermediul unui conținut general al educației (vezi educația psihofizică, aflată în corelație cu educația estetică, tehnologică, intelectuală și morală); 2) ca un conținut particular al educației psihofizice; 3) ca problemă specifică a lumii contemporane, identificabilă și rezolvabilă la nivelul conceptului operațional de noile educații.

1) Ca valoare pedagogică fundamentală, *sănătatea* constituie o resursă importantă a educației psihofizice, în calitate de conținut general al educației. Este situată pe aceeași axă a valorilor fundamentale care determină pedagogic conținuturile generale ale educației (binele moral/educația morală; adevărul științific/educația intelectuală; adevărul științific aplicat/educația tehnologică, frumosul/educația estetică) – vezi Sorin Cristea, *Fundamentele științelor educației. Teoria generală a educației*, Grupul Editorial Litera - Litera Internațional, Chișinău, București, 2003, p.150-151.

Sănătatea psihică și fizică asigură conținutul oricărei activități cu finalitate pedagogică angajată direct sau indirect în vederea dobândirii și perfecționării permanente “a stării de echilibru și de funcționare a organismului” (René Hubert, *Traité de pédagogie générale*, Presses Universitaires de France, Paris, 1965, p. 320).

În contextul afirmării *paradigmei curriculumului*, *sănătatea* ca valoare pedagogică fundamentală constituie o sursă importantă pentru obiectivele educației

“căreia trebuie să i se dea întâietate în programul școlii”. Exprimă o cerință fundamentală a elevului, angajată, în mod special, în domeniul *igienei învățării*. În consecință, *sănătatea* este considerată chiar o resursă majoră și prioritară în raport cu celelalte resurse importante ale curriculumului școlar (familia, recreerea, vocația, religia, consumul și aspectul civic) – vezi Ralph W. Tyler, *Basic Principles of Curriculum and Instruction*, The University of Chicago Press, Chicago and London, 1969.

Abordările (post)moderne plasează educația pentru sănătate în “câmpurile acțiunii pedagogice” traversate de *variabilele biopsihice*, avînd drept scop “reglarea echilibrului individ – mediu și apărarea nevoilor vitale ale organismului” (Michel Minder, *Champs d'action pédagogique. Une encyclopédie des domaines de l'éducation*, De Boeck & Larcier, Paris, Bruxelles, 1997, p. 30, vezi p. 31-44).

Obiectivele educației pentru sănătate vizează formarea-dezvoltarea unor parametri de natură fizică (formă, forță, dinamism, rezistență), psihică (încredere în sine, dezvoltare complexă, umor pozitiv) și socială (sentimentul prieteniei, apartenenței la grup, reușitei).

Conținuturile educației pentru sănătate, propuse în funcție de obiectivele amintite, presupun informații, deprinderi, strategii referitoare la: a) bilanțul sănătății populației; b) acțiunea preventivă (în societate, familie, școală); c) programele specifice (pe vârste și trepte școlare, situații de viață etc.); d) remediarea sanitară (în familie, școală și în instituții specializate); e) valorificarea medicației și a terapiei; f) alte modele de educație bazate pe variabile biopsihice (*educația pentru alimentație, pentru igienă fizică și mentală, pentru securitate psihică, educația nutrițională*).

2) În calitate de conținut particular al educației psihofizice, *educația pentru sănătate* implică dobândirea și aplicarea unor cunoștințe, capacități, deprinderi, atitudini de natură biologică, fiziologică, igienică (generală și specială/vezi igiena învățării) și sportivă. Presupune crearea și respectarea condițiilor optime

pentru realizarea unui echilibru funcțional între calitățile fizice și psihice ale elevului (celui *educat*) pentru organizarea unui regim de viață rațional.

Programele proiectate din învățământul general vizează dobândirea anumitor obișnuințe și comportamente referitoare la igiena corporală, dentară, vestimentară; proprietățile alimentelor și ale băuturilor; aerisire, alimentație, somn; depistarea infecțiilor și îngrijirea rănilor; producerea anticorpilor prin vaccinare etc. În condiții de boală, programele de *remediere sanitară* și de educație în condiții de spitalizare vizează cultivarea sentimentului de încredere în forțele proprii necesar pentru depășirea momentelor critice, atât la nivelul elevului cât și la nivelul familiei.

3) *Ca problemă specifică a lumii contemporane, educația pentru sănătate* trebuie raportată la conceptul pedagogic operațional de *noile educații* care vizează *noile tipuri de conținuturi afirmate de UNESCO* în ultimele decenii. Este definită ca "*educație sanitară modernă* care ar putea încorpora atât educația nutrițională cât și pe cea sexuală" (vezi George Văideanu, *UNESCO – 50 – EDUCAȚIE*, Editura Didactică și Pedagogică RA., București, 1996, p. 66). În plus, trebuie subliniată și importanța educației pentru o *medicație judicioasă* și pentru *valorificarea informației terapeutice* (vezi Michel Minder, op. cit., p. 40-44).

Educația nutrițională, în calitate de conținut particular al educației sanitare moderne, reprezintă "un demers multisectorial" (medical, biologic, agroindustrial, de servicii, ecologic, psihologic, pedagogic). Are ca obiectiv general modificarea comportamentului alimentar al indivizilor în contextul noilor condiții de existență,

economică și culturală, specifice societății postindustriale (vezi efectele urbanizării, ale alimentelor preparate, ale mișcării feministe etc.) – vezi Ana Arhip, Ludmila Papuc, *Noile educații. Imperative ale lumii moderne*, Universitatea Pedagogică "Ion Creangă", Chișinău, 1996, p. 101-105.

Educația sexuală are ca specific asigurarea continuității dintre variabilele *biopsihice* și variabilele *sociale* ale *educației sanitare*. Implică elemente de conținut complexe, axiologice și culturale, genetice și psihologice, pedagogice și metodologice. Programele adoptate la nivel *formal* și *nonformal* au ca obiective specifice *pregătirea* pentru viața de familie, pentru adaptarea la viața de cuplu, pentru cunoașterea și folosirea mijloacelor conceptuale, pentru valorificarea cererilor de planning familial, pentru studii comparative (demografice, socioafective, feministe etc.).

Educația pentru medicație judicioasă este legată de eficacitatea receptării și valorificării informațiilor date de medic, farmacist, prin instrucțiunile oficiale, prin publicitate etc.

Educația pentru valorificarea informației terapeutice implică autoresponsabilizarea la nivelul unor sarcini specifice educației sanitare, pentru a avea reacții adecvate inclusiv în situații excepționale (experiențe nucleare, bacteriologice, chimice etc.).

În *concluzie*, educația sanitară trebuie concepută ca parte a unui *proiect global* care vizează dezvoltarea complexă a personalității, valorificarea tuturor resurselor sale *biopsihice*, cultivarea sentimentului responsabilității față de sănătatea proprie și a celor din mediul de referință, demonstrată, în ultimă instanță și în contexte multiple, prin *arta de a trăi*.

Summary

The present issue of the journal is dedicated to Health Education. We have insisted on a broader meaning of the word „health” (physical, mental, spiritual), by presenting it as follows:

- Health Education definition and up-date;
- Elaborating the Concept and the Curriculum for the „Life Skills” course, as well as elaborating the textbook and the teacher’s Guidebook;
- Studying the behavior with the risk for the students’ health (alcohol, tobacco, etc.);
- Organizing some topic related activities within the school;
- Elements of Health Education from the interdisciplinary perspective having as new educational technologies applied;
- Presenting some booklets and books in the field of Health Education;

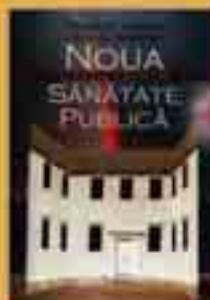
The reader will also find useful information about some other educational aspects in the traditional rubrics of the journal.

Așteptăm ca de obicei articolele dumneavoastră, care nu trebuie să depășească opt pagini, dactilografiate la două rânduri.

Redacția nu recenzează și nu restituie materialele nepublicate.

Responsabilitatea pentru corectitudinea și veridicitatea conținutului materialelor prezentate revine semnatărilor.

Punctul de vedere al autorilor nu coincide neapărat cu cel al redacției.



Theodor H. Tulehinsky, Elena A. Varavikova, *Noua sănătate publică: introducere în secolul XXI*, Editura Ulysse, Chișinău, 2003 – 744 p.

Noua sănătate publică reprezintă nu atât un concept, cât o filozofie menită să lărgească înțelegerea veche a domeniului sănătății publice, astfel încât sănătatea individului să fie percepută ca parte a sănătății populației. Sunt abordate probleme ce țin de facilitarea accesului la asistența medico-sanitară prin asigurarea medicală, organizarea asistenței la domiciliu, igiena muncii și a mediului ambiant, controlul bolilor infecțioase, managementul sistemelor de sănătate și promovarea sănătății (sănătatea familiei, nutriția etc.). Lucrarea denotă necesitatea cunoașterii conceptelor curente în acest domeniu, mai ales în condițiile perioadei de tranziție, luând în considerație experiența sistemelor de sănătate din alte țări.



Victor Zepca, *Sanalogia: educația pentru sănătate*, Chișinău, s. n., 2001 – 176 p.

Cartea include un bogat material acumulat prin cercetări proprii, cât și prin valorificarea literaturii în domeniul sănătății, formând un mod de viață și un comportament sanogen la elevi.

Atitudinea conștientă și plină de responsabilitate față de sănătate ca patrimoniu național trebuie să devină o normă a vieții tuturor oamenilor. Aceasta presupune defrigarea deprinderilor dăunătoare, implantarea culturii comunicării, a conduitei și alimentării, practicarea sportului, dezvoltarea armonioasă a personalității. Astfel, sanalogia – știința de a păstra și promova sănătatea – vine să completeze insuficienta aprovizionare a cadrelor didactice cu materialele necesare pentru a cultiva un mod de viață sănătos.

Este destinată specialiștilor în domeniu, profesorilor din școli și licee, diriginților, elevilor din clasele superioare și studenților.



Barbara Nees-Delaval, *Total despre sănătatea copilului*, Editura Saeculum, București, 1997 – 336 p.

Această carte va pune părinții și nu numai în situația să identifice boala micuților și să reacționeze corect. Aflați tot ce este necesar pentru realizarea prescripției medicale și înțelegeți de ce vaccinările și controalele de depistare precoce sînt indispensabile menținerii sănătății. Volumul oferă informații despre simptomatologia, evoluția și tratamentul celor mai frecvente boli ale copilului. Un capitol aparte vizează situația specială a copiilor cu handicap. Alte secțiuni atrag atenția asupra pericolului de accidentare, care periclitează azi sănătatea celor mici mai mult decît bolile contagioase. Măsurile de prim ajutor care au frecvent un rol salvator sînt prezentate pe larg.

Lucrare enciclopedică de mare rîsunet, beneficiind de ultimele realizări ale științei medicale, ea constituie nu numai un ghid practic pentru părinți, ci, mai ales, o carte de lectură atentă și permanentă, pentru a învăța cum să creștem copii sănătoși.



Tiberiu Călleanu, *Opțiunea „S” prin metode naturiste*, Editura Dacia, Cluj-Napoca, 1994 – 296 p.

Opțiunea „S” este o carte pentru toate vîrstele și pentru toate profesiile. Ea se dorește un îndreptar al stilului de viață modern, venind în întîmpinarea celor ce tind să trăiască în deplină armonie fizică și mentală, prin îmbinarea exercițiului fizic și a sportului cu factorii naturali (aer, apă, soare).

Omul zilelor noastre este tot mai presat de factorul timp, de aceea problema organizării judicioase a odihnei este în atenția specialiștilor. Repaosul anihilează efectele negative ale epuizării fizice și intelectuale, asigurînd refacerea forței de muncă. Organizarea concediului este o adevărată artă ce constă în adaptarea acestei organizări la propria personalitate, în felul cum ne valorificăm timpul liber. Or, vacanța, în contextul civilizației moderne, ultratehnicizată, reprezintă o necesitate, este duminica anului.

Lucrarea oferă sfaturi și rețete de viață lungă, aducînd un plus de informații sau reamintind noțiuni și principii deja cunoscute, dar insuficient respectate, esențiale pentru sănătatea floarea dintre noi.

A stylized graphic featuring a yellow and black pen nib pointing downwards, positioned over a large, yellow, stylized number '2'. The background consists of concentric, swirling blue and white lines, creating a sense of motion and depth. The entire design is set against a solid blue background.

2000-2005

Didactica Pro... ©

REVISTĂ DE TEORIE ȘI PRACTICĂ EDUCAȚIONALĂ

Vă mulțumim că sînteți alături de noi!