

CONDIȚII PSIHOPEDAGOGICE DE EDUCAȚIE NONVIOLENTĂ

*Efrosinia HAHEU-MUNTEANU, dr., conf. univ.,
Maria TOIA, doctorandă*

Summary

Communication allows a person to express their thoughts, feelings and attitude. Non-violent communication concentrates on the fundamental values, use the terms that encourage kindness and facilitates interpersonal relations, help to prevent and overcome abusive situation. In order to develop non-violent communication skills a teacher must create a lasting and positive partnership with his disciples.

Prin sintagma „educația nonviolentă” se dorește cuprinderea mai multor modele de disciplinare, pe care specialiștii din domeniul relațiilor interumane le-au elaborat, în baza unei conceptualizări specifice a comportamentelor indezirabile, având în vedere o perspectivă specifică de înțelegere a cauzelor acestora (abordarea behavioristă, constructivistă, ambientalistă și psihodinamică). Implementarea programelor de educație pozitivă/nonviolentă și-a demonstrat eficacitatea în mai multe țări ale lumii care tind spre o educație sănătoasă și echilibrată afectiv, în sensul respectului față de celălalt și al însușirii valorilor umane fundamentale (a direcției în viață) [1, 2, 7]. Referința se face la acele valori, care răspund la întrebarea: „Într-o lume în care ați putea alege despre ce este viața dumnevoastră, ce ați alege?” [5, p. 9].

Marshall B. Rosenberg, fondatorul și directorul serviciilor de educație al Centrului pentru Comunicare Nonviolentă (SUA, 1984), care oferă programe de formare a comunicării nonviolente în peste treizeci de țări, inclusiv și programe de instaurare a păcii în zone măcinate de război, descrie specificul condițiilor psihopedagogice de educație nonviolentă în cartea sa „*Adevărata educație pentru o viață implinită. Comunicarea nonviolentă ajută școala să crească*

performanțele, reduce conflictele și îmbogățește relațiile interumane” (trad. Silvia Sbîrnă, București, 2005). Autorul face distincția între *Educația în slujba vieții*, care educă generația actuală și următoarele, apte de a crea noi organizații, al căror obiectiv ar fi pronosticarea și satisfacerea nevoilor umane, crearea unei vieți mai bune pentru ei înșiși și pentru cei din jurul lor, și *Educația Dominației*, bazată pe recompense și pedepse [4, p. 23].

Educația în slujba vieții este întemeiată pe principiile comunicării nonviolente (CNV), care presupun exprimarea clară a ceea ce observăm că (nu) ne satisface nevoile, ceea ce simțim și vrem într-un anumit moment, precum și acțiunile de care avem nevoie pentru a ne satisface nevoile. Opiniile și convingerile sunt exprimate ca atare și nu ca fapte în sine. Dar, totodată, comunicarea nonviolentă ne ajută și să auzim empatic ceea ce observă alții că (nu) le-ar satisface nevoile, ceea ce simt și își doresc alții și ce acțiuni consideră alții că sunt necesare pentru satisfacerea nevoilor lor [ibidem, p. 38]. Dincolo de aceste principii, CNV nu ne cere să fim absolut obiectivi și să ne abținem de la orice evaluare. Le putem spune oamenilor ceea ce simțim în legătură cu ce am observat și ceea ce prețuim.

Pentru uzul practic al CNV, în conformitate cu principiile nominalizate, sunt valabile diverse modele, inclusiv de tipul celor prezentate în tabelul ce urmează:

<i>Exemple de afirmații în care se amestecă observația și evaluarea</i>	<i>Exemple de afirmații care separă observația de evaluare</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Ești mult prea generos. 2. Ion îngrașă porcul în ajun. 3. Minoritățile nu-și îngrijesc proprietatea. 4. Vasile joacă fotbal foarte prost. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dacă le dai toți banii de masă altora, îmi fac griji că renunți la banii de care ai putea avea nevoie. 2. Ion învață pentru examene numai în seara dinaintea testului. 3. Nu am văzut familia aparținând minorității, din casa de la colțul străzii, dând zăpada de pe trotuar.

5. Nicu e urât.	4. Vasile nu a marcat nici un gol în 20 de partide. 5. Nu mi se pare că Nicu arată bine.
-----------------	---

Educația Dominației formează modul de gândire egocentric, apreciind mediul/situația din punctul de vedere al nevoii noastre proprii, astfel fixând problema în exterior (e ceva în neregulă cu ceilalți, dacă nevoile noastre nu sunt satisfăcute) ; pe când *Educația în slujba vieții* raportează această analiză la principalele nevoi fundamentale precum:

- Autonomia (alegerea visurilor, obiectivelor, valorilor, alegerea planului care să ducă la împlinirea acestora).
- Sărbătorirea (sărbătorirea apariției vieții, prăznuirea pierderii).
- Integritatea (autenticitatea, sensul, creativitatea).
- Interdependența (acceptarea, aprecierea, apropierea, considerația, securitatea emoțională, empatia, onestitatea, onestitatea față de sine, etc.).
- Nevoile fizice.
- Joaca (distracție, plăcere, exprimarea sinelui).
- Comuniunea spirituală (frumusețea, armonia, inspirația, ordinea, pacea) [ibidem, pp. 52-53].

În formularea nonviolentă, exprimarea are tentă pozitivă, accentul fiind pus pe satisfacerea nevoii, a „ceea ce cerem, și mai puțin ceea ce nu cerem” [ibidem, p. 57], într-o manieră nepretențioasă, pentru a exclude o eventuală rebeliune sau o supunere docilă (fiindcă ambele exclud posibilitatea unui răspuns cu compasiune la nevoia exprimată) [ibidem, p. 58], și evitând etichetarea („social și emoțional inadapdat”), pentru a renunța de „a ne purta cu ei într-un fel care contribuie tocmai la apariția comportamentului care ne îngrijorează” [ibidem, p. 60]. Comunicarea trebuie să fie empatică. Aceasta presupune ascultarea activă și realizarea feedback-ului comunicării, pentru a evita situații

confuze („Știu că tu crezi că ai înțeles ceea ce crezi că am spus eu, dar nu cred că-ți dai seama că ceea ce ai auzit tu nu este ceea ce am spus eu”) [ibidem, p. 71]. E important a înțelege că ascultarea cerințelor și conectarea empatică *nu înseamnă acord*. Educatorul poate arăta înțelegere față de sentimentele și nevoile educatului, fără a sugera acordul sau simpatia față de sentimentele și gândurile acestuia [ibidem, p. 76]. De cealaltă parte, același autor, Marshall B. Rosenberg, descrie ineficiența unui sistem *Dominator* de instruire, unde educatorul, înzestrat cu presupuse cunoștințe referitoare la instruire și comportament, are rol de control și dreptul de a folosi tactici de forță (recompense, pedepse, vinovăție, rușine, datorie, obligație), pentru a controla acțiunile și activitățile educaților săi (care pot opta pentru una din variantele de răspuns: supunerea sau revolta).

Profesorilor le este propus un model nou de instruire, unde educații au posibilitatea de a interacționa cu profesorii și directorii ca parteneri. Una dintre manifestările acestui parteneriat eficient este stabilirea în comun a obiectivelor de studiu (elevii sunt mai dornici să urmeze obiectivele propuse de profesori sau directori atunci când acestea sunt prezentate ca opțiuni sau recomandări) [ibidem, pp. 87-90]. Psihologul prevede și temerile profesorilor legate de ignoranța elevilor și refuzul valorilor esențiale (din punctul de vedere al profesorului). Reflectând asupra posibilităților parteneriatului dintre elevi și profesori, Marshall B. Rosenberg descrie șase consecințe care accentuează autonomia și interdependența aplicării CNV.

Atunci când obiectivele sunt pe măsura puterilor elevilor și stabilite de comun acord [ibidem, pp. 103-108]:

1. Educatul devine mai puțin dependent de profesor. De fapt, o dată ce elevii știu care sunt obiectivele și criteriile pe baza cărora ei pot stabili dacă acestea au fost atinse, este de multe ori posibil ca elevii să ajungă acolo singuri, fără a mai fi nevoie de ajutorul profesorului. În caz contrar, dacă obiectivele rămân numai în

mintea profesorului, elevii nu au altă variantă decât să aștepte instrucțiunile acestuia.

2. Evaluarea devine obiectivă și nu subiectivă. Unul dintre avantajele stabilirii obiectivelor în funcție de comportamentul copilului este acela că se poate fixa un criteriu, pentru a determina momentul în care obiectivul a fost atins.
3. Educații pot juca un rol mult mai activ în autoevaluare, ei devin capabili să-și aprecieze performanța.
4. Apare sentimentul unei împliniri.
5. Se reduce apatia de la anumite cursuri, fiindcă atunci când educații sunt implicați în ceea ce fac, se reduc semnificativ și problemele de disciplină. Cu cât este mai mare suprapunerea dintre obiectivele profesorului și cele ale elevului, cu atât mai mică va fi problema controlului asupra clasei.
6. Dispare riscul irelevanței, dacă profesorul încearcă să-i demonstreze elevului în ce fel viața lui va fi schimbată în bine, dacă realizează un anumit obiectiv.

O altă condiție importantă în realizarea educației nonviolente este transformarea colectivelor în comunități educaționale, unde toți membrii sunt preocupați nu doar de ceea ce învață ei, ci de ceea ce învață și ceilalți [ibidem, p. 119]. Un bun exemplu de instituție de acest gen, ar fi școala din Israel, în care, zilnic, la un moment dat, fiecare elev își alege profesorii, iar 60% dintre elevi aleg alți elevi pentru instruire. În sprijinul acestei practici vin și rezultatele studiilor efectuate în Statele Unite, conform cărora un elev care tocmai a însușit materia este un mai bun profesor pentru un alt elev decât poate fi un profesor cu pregătire pedagogică [ibidem, p. 122].

Alte probleme esențiale, care se regăsesc în orice instituție de învățământ, sunt felul în care se păstrează ordinea și modul în care se rezolvă conflictele. În acest scop, în școlile din Israel există funcția de „peace-maker”, mediatorul care poate facilita rezolvarea conflictului aplicând CNV. Astfel, copiii practică cunoștințele CNV și învață a rezolva singuri, eficient și nonviolent, conflictele, se

autodisciplinează (copiii trebuie să știe cum să-și asculte unul altuia sentimentele și nevoile). După ce se ajunge la această calitate a legăturii interumane, ambele părți se pot angaja în rezolvarea problemelor prin găsirea de soluții care să satisfacă nevoile ambelor părți. Atunci când regulile sunt stabilite de oamenii care vor fi afectați de ele și nu impuse de o autoritate, atunci când toată lumea vede în ele intenția de a proteja, și nu aceea de a pedepsi, ele sunt respectate. Acest lucru este valabil, indiferent de vârsta oamenilor [ibidem, p. 144].

Problema abuzului a fost abordată de mai mulți cercetători din țări și de peste hotare, cu toate acestea, în ultimii ani, nu au fost efectuate studii de amploare în domeniul educației timpurii. Inspirați din practicile prezentate de Marshall B. Rosenberg, parvenite din școlile din Israel, dorim să prezentăm rezultatele cercetării „Educația pozitivă pentru copiii mici: Efectele unei intervenții psihologice pozitive la preșcolari asupra stării subiective de bine și învățare a comportamentelor”, efectuată de Anat Shoshani și M. Slone [6].

Educația pozitivă are la bază dezvoltarea socioemoțională a copiilor mici, care include, printre alte achiziții, capacitatea de a forma relații prietenoase, stima de sine pozitivă, exprimarea eficientă a sentimentelor și reglarea emoțiilor, perseverența și angajamentul sarcinilor dificile într-o perspectivă pozitivă și asigurarea unui mediu dinamic. Multe dintre competențele dobândite în această perioadă de dezvoltare prezintă constructe fundamentale în abordarea psihologiei pozitive a educației, care se concentrează pe funcționarea optimă a educatorilor și a copiilor în diferite medii educaționale. Acest domeniu de cercetare s-a extins recent, în forma de învățământ pozitiv, care integrează elemente de psihologie pozitivă și practicile educaționale [3].

Programul Maytiv [6], elaborat de cercetători în baza modelului PERMA (activități de intensificare a emoțiilor pozitive, a angajamentului, a relațiilor pozitive și a realizărilor), a fost administrat de către pedagogii preșcolari, instruiți și îndrumați în

elementele intervenției. Au fost încadrați 315 copii preșcolari (153 fete, 162 băieți) cu vârsta între 3-6,5 ani. Ca instrument de măsură standardizată care evaluează nivelurile pozitive și negative a emoțiilor experimentate, în ultimele câteva zile ale experimentului, a fost folosită o versiune scurtă a studiului PANAS-C, și PANAS-C-P – versiunea parentală a programului. Pentru pedagogi s-a folosit scala de învățare Zill and West (2001), care evaluează abordările privind comportamentele de învățare a preșcolarilor.

Programul de intervenție a prevăzut în prima etapă formarea unor ateliere de pregătire psihologică pozitivă a pedagogilor preșcolari/educatorilor (workshopuri de 34 de ore academice, două sesiuni introductive de 90 de minute și 15 lecții de 90 de minute). Ulterior programul a fost implementat în activitatea de zi a preșcolarilor.

Pentru a asigura standardizarea intervenției, cadrele didactice au fost dotate cu un manual conținând materialele curriculare și planurile tuturor lecțiilor. Curriculum-ul a cuprins patru module de conținut, fiecare dintre ele constituind două unități de studiu. Unitățile de bază au fost: emoțiile pozitive (exprimarea și gestionarea emoțiilor și a recunoștinței), angajarea (dragostea învățării și a forței caracterului), realizarea (concentrarea și persistența) și relațiile pozitive (relații pozitive și empatie). Manualul a cuprins materiale teoretice privind fiecare modul și un set bogat și variat de activități pentru fiecare sesiune care include discuții, povestiri, cântece, jocuri și activități care ar putea fi combinate în activitățile zilnice. Fiecare unitate conține 20 de activități desfășurate timp de 1 lună, 5 activități pe săptămână, și a continuat timp de 32 de săptămâni.

Ipoteza studiului cuprinde trei dimensiuni de funcționalitate: starea subiectivă de bine, sănătate mintală și activitatea preșcolarilor; prima parte a ipotezei a presupus o creștere a gradului de percepție a stării de bine în urma intervenției, și rezultatele au fost pozitive, arătând o creștere semnificativă. Cea de-a doua parte a ipotezei a prezis o mai mare diminuare pre-post-

intervenție în planul dificultăților în materie de sănătate mintală. Această parte a ipotezei nu a fost confirmată. Eventual, aceste intervenții ar necesita mai multe elemente terapeutice și, mult mai mult, implicarea familiei sau a altor îngrijitori. Cea de-a treia parte a ipotezei a prezis o creștere sporită a abilității de colaborare și funcționare a grupului. Constatările s-au adevărat printr-o creștere semnificativă a empatiei copiilor, a comportamentului prosocial și a abordărilor pozitive ale învățării în grupul de intervenție. Așadar, dincolo de schimbările emoționale personale care au avut loc, efectele programului de intervenție s-au extins și asupra sferei interpersonale, precum și asupra modului de abordare a învățării, preșcolarii manifestând mai mult entuziasm pentru învățare, atenție, persistență, autonomie, flexibilitate, organizare și complianță, toate acestea constituind o bază temeinică pentru un sentiment de realizare și de atingere a obiectivelor personale; aspecte ce vor influența succesul academic ulterior.

Studiul prezentat nu a inclus o evaluare a efectelor programului asupra cadrelor didactice care au participat la formarea psihologică pozitivă. Eventual, legătura personală a cadrelor didactice cu conținutul programului ar fi putut interveni prin depășirea respectării liniilor directoare și asigurării fidelității. Autorii sunt suspicioși cu privire la faptul dacă efectele pozitive s-ar datora și efectului Hawthorne, care se referă la posibilitatea ca participanții din grupul de intervenție să prezinte schimbări pozitive ca urmare a tratamentului diferit și a unei atenții sporite.

Rezultatele acestui studiu, precum și rezultatele altor cercetări ale programelor de educație nonviolentă, atrag atenția asupra importanței dezvoltării abilității de comunicare nonviolentă, care reprezintă comunicarea bazată pe empatie, ascultare activă și exprimare clară a sentimentelor și nevoilor în raport cu valorile moral-fundamentale, în scopul stabilirii unui parteneriat (legături emoționale) de durată, pentru a forma și educa generații orientate

spre satisfacerea nevoilor umane, crearea unei vieți mai bune pentru ei înșiși și pentru cei din jurul lor.

Bibliografie

1. Collins, Ch., Fetsh, R. A., Review and Critique of 16 Major Parent Education Programs. Journal of Extension. August 2012, vol. 50, Nr. 4. ISSN 1077-5315 <https://joe.org/joe/2012august/a8.php>
2. Gadsen, V., Ford Morgan H., Parenting matters. Supporting parents of children ages 0-8, The National Academies Press, Washington DC, 2016.
3. Goleman, D., Inteligența social. Curtea veche, București, 2007.
4. Rosenberg Marshall, B., Adevărata educație pentru o viață împlinită. Comunicarea nonviolentă ajută școala să crească performanțele, reduce conflictele și îmbogățește relațiile interumane. Elena Francisc Publishing, București, 2005.
5. Seph Fontane Pennock, Hugo Alberts, Pozitive psychology practioner's tools. <https://positivepsychologyprogram.com/wp-content/uploads/2018/07/3-Positive-Psychology-Tools.pdf>
6. Shoshani, A., Slone, M., Positive Education for Young Children: Effects of a Positive Psychology Intervention for Preschool Children on Subjective Well Being and Learning Behaviors. [US National Library of Medicine, National Institutes of Health](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35662620/). vol. 8, 2017, PMC5662620, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5662620/>
7. Mettre Fin à la Violence Envers les Enfants: Six Stratégies d'action. Fonds des Nations Unies pour l'enfance (UNICEF), 2014. https://www.unicef.org/french/publications/files/UNICEF_Ending_Violence_French_WEB_110315.pdf

UTILIZAREA TEHNOLOGIILOR INFORMAIONALE ÎN FAMILIARIZAREA COPIILOR CU CORPUL UMAN

Lidia COJOCARI, dr., conf. univ.

Summary

The use of information technologies in familiarizing children with the human body is a new working strategy for teachers and