

6. VITASARI, P. and colab. *The Relationship between Study Anxiety and Academic Performance among Engineering Students*. International Conference on Mathematics Education Research, 2010 (ICMER 2010).
7. VITASARI, P. and colab. Assessing of Physiological Arousal and Cognitive Anxiety toward Academic Performance: The Application of Catastrophe Model. *Procedia – Social and Behavioral Sciences* 30 (2011) 615 – 619.
8. [https://en.wikipedia.org/wiki/Yerkes%E2%80%93Dodson\\_law](https://en.wikipedia.org/wiki/Yerkes%E2%80%93Dodson_law)

## COMUNICAREA NONVERBALĂ ȘI PARAVERBALĂ ÎN LECȚIA DE EDUCAȚIE FIZICĂ

*Florea Mihaela, profesoară  
doctorandă, UPS „Ion Creangă” din Chișinău*

CZU: 37.037.1: 316.772.2

### Abstract

Nowadays, interpersonal communication has reached a deadlock, due to the technological evolution on the one hand, and due to a decrease in one's ability and skill to initiate and maintain social/professional relationships which would ensure one's operation at full capacity.

Students enrolling in a study cycle, such as high school, need a certain set of basic communication skills in order to achieve the results projected in frameworks and documents describing the educational goal. Even we believe we know everything about communication, especially about didactic communication, new challenges comes every day and we have to investigate, describe and find solutions to those situations.

**Key-words:** verbal communication, nonverbal communication, paraverbal communication, didactic communication, Physical Education.

Cercetările recente din domeniul științei comunicării au evidențiat importanța comunicării verbale și paraverbale, ce cuprinde toate formele de transmitere a mesajelor care nu uzează de limbajul verbal. Într-un act de comunicare, cantitativ cel puțin, predomină mesajele nonverbale (unii autori avansează o proporție de 65%, alții merg chiar până la 93%), fiind evident că nivelul relației dintre indivizi se materializează cu precădere prin mijloace nonverbale (comunicarea „analogică”). Cu toate acestea, comunicarea nonverbală a devenit abia de curând obiect al cercetării sistematice, acesta fiind un teritoriu instabil, al incertitudinii și, prin urmare, puținele certitudini ce pot fi emise au mai degrabă calitatea de excepții.

Comunicarea nonverbală este cumulum de mesaje, care nu sunt exprimate prin cuvinte și care pot fi decodificate, creând înțelesuri. Aceste semnale pot repeta, contrazice, înlocui, completa sau accentua mesajul transmis prin cuvinte. Teoriile contemporane ale comunicării, influențate de discipline atât de diverse ca lingvistica enunțării, psihologie, sociologie, antropologie, asigură astăzi locul cuvenit comunicării nonverbale, bazându-se pe ipotezele canalelor multiple ale comunicării umane. Comunicarea umană este concepută ca o enunțare eterogenă rezultând din combinarea de elemente vocal-acustice și vizuale.

Din punct de vedere ontogenetic, comunicarea nonverbală este precoce comunicării verbale și se bazează în mare măsură pe elemente înnăscute: diverse comportamente expresive primare ale afectelor și emoțiilor, dar și învățare, la început imitativă. Comunicarea nonverbală însoțește comunicarea verbală și este mai ușor de decodificat decât aceasta.

Mesajul nonverbal este cel mai apropiat de realitatea emitentului și este cel căruia i se acordă de către interlocutor atenția cea mai mare.

### **Tipuri de comunicare nonverbală:**

- **Kinetica**, pleacă de la observarea tuturor gesturilor, considerată a fi axa fundamentală pentru înțelegerea dinamicii comunicării și reprezintă ansamblul semnelor comportamentale emise în mod natural sau cultural.

- **Proxemica**, reprezintă limbajul spațiului și este interceptată simultan în funcție de cinci dimensiuni: mărime, grad de intimitate, înălțime, apropiere – depărtare, înăuntru – în afară. Fiecare dintre noi are preferințe în legătură cu distanța față de cei cu care comunicăm. În majoritatea culturilor europene, nu se apreciază apropierea cu mai mult de 40-50 cm, decât în cazul celor din familie sau a persoanelor iubite; aceasta definește spațiul intim. „Invadarea” acestui spațiu produce senzația de disconfort. Apropierea exagerată poate comunica amenințare sau relații de natură strict personală; depărtarea excesivă poate comunica aroganță, importanță, statut social superior. În general, spațiile mici sunt percepute ca fiind mai prietenoase, calde și intime, cele mari sunt asociate cu puterea, statutul și importanța. De aceea, adeseori suntem intimidati intrând într-un spațiu mare, înalt și cu mobilier masiv.

- **Cronemica**, se referă la modul în care comunicăm prin gestionarea resursei de timp. Timpul este considerat ca ceva prețios și personal și, în general, atunci când cineva își permite să ni-l structureze, aceasta comunică diferența de statut. Percepem timpul ca pe o resursă limitată și, de aceea, modul în care fiecare alegem să îl folosim comunică atitudinea noastră față de cel care solicită o parte din această resursă. Dacă nu acordăm timp pentru o anumită comunicare, prin atitudinea noastră lăsăm să se înțeleagă că nu-i acordăm importanță. Studiile sociologice au arătat că, în general, relația de comunicare pozitivă se dezvoltă proporțional cu frecvența interacțiunii (timpul petrecut împreună).

- **Limbajul culorilor**, integrează în sistemul uman de comunicare modul în care utilizăm culorile și modul în care semnalizăm anumite stări sau evenimente semenilor noștri. Culoarea, dincolo de percepția și trăirea ei afectivă, este și o oglindă a personalității noastre și deci influențează comunicarea.

- **Postura corporală**, comunică în primul rând statutul social pe care indivizii îl au, cred că îl au sau vor să îl aibă. Sub acest aspect, prin postura corpului se arată modul în care oamenii se raportează unii față de alții atunci când sunt împreună. Urmărirea posturii corpului ne dă informații despre atitudine, emoții, grad de curtoazie, căldură sufletească. Posturile pe care le au oamenii, corelate cu relația dintre ei atunci când sunt împreună, se pot clasifica în trei categorii:

1. *De includere/neincludere*, postură prin care se definește spațiul disponibil activității de comunicare și se limitează accesul în cadrul grupului.

2. *De orientare corporală* – se referă la faptul că doi oameni pot alege să se așeze față-n față (vizavi) sau alături (paralel). Prima situație comunică predispoziția pentru conversație, iar a doua – neutralitate.

3. *De congruență/necongruență*, postură care comunică intensitatea cu care o persoană este implicată în ceea ce spune sau face interlocutorul. Participarea intensă conduce la postura congruentă (similară cu a interlocutorului); schimbarea posturii interlocutorului declanșează în acest caz schimbarea posturii celui puternic implicat în comunicare. În cazul în care există între comunicatori divergențe de statut, de puncte de vedere sau de opinii, apar posturile necongruente: persoana nu privește spre interlocutor, nu interacționează sub nicio formă.

**Comunicarea paraverbală** are rolul de a aduce partenerul de dialog la anumite emoții, sentimente, experiențe ce sunt necesare pentru a atinge anumite scopuri, țeluri sau intenții.

Calitățile vocale se referă la însușirile personale implicate în mecanismul vorbirii și la factorii care influențează sunetul vocii. Sunetul vocii este influențat în primul rând de calitatea corzilor vocale, de poziția maxilarului, de pereții gurii, de dinți, de limbă și buze. Limbajul paraverbal cuprinde următoarele elemente:

- ✓ **Volumul vocii** – este un element important în comunicarea verbală orală. Ritmul și forța respirației sunt esențiale. Corecția volumului trebuie să țină cont de mărimea încăperii, de mărimea grupului și de zgomotul de fond.
- ✓ **Ritmul vorbirii** – se referă la viteza cu care sunt emise sunetele și cuvintele. Din acest punct de vedere vorbirea poate fi calmă, repezită, lentă, rapidă, teatrală, afectată sau precipitată.
- ✓ **Pauzele din vorbire** reprezintă separarea vorbirii în grupuri și cascade de cuvinte sau fraze, ce pot da unele indicii asupra stărilor afective și atitudinilor vorbitorului.
- ✓ **Intonația**, cuprinde timbrul și variația înălțimii glasului care transmite emoții, sentimente și atitudini. Inflexiunile vocii trădează faptul ca vorbitorul este fericit, trist, furios, înfricoșat, prietenos, umil sau dictatorial. Intonația îndulcește sau asprește mesajul verbal, transformă afirmațiile în întrebări și invers, iar uneori transformă chiar sensul cuvintelor.
- ✓ **Dicția**, care reprezintă calitatea și arta de a pronunța și articula cuvintele, depinde de articularea corectă și completă a consoanelor și de nuanțarea clară a vocalelor. Dicția se poate educa prin exercițiu.
- ✓ **Particularitățile de pronunție și accentul** oferă date despre mediul de proveniență al vorbitorului (emițătorului) – urban sau rural, zona geografică, nivel de educație, etc. Accentul privește maniera de a pronunța mai apăsător, mai intens sau pe un ton mai înalt o anumită silabă dintr-un cuvânt, dintr-un grup sintactic, acesta având puterea de a schimba sensul cuvintelor.

Nici o activitate educativă nu se poate desfășura înafara procesului de comunicare, oricare ar fi ponderea tipurilor de comunicare combinate: verbală, nonverbală sau paraverbală. Fiecare parte a procesului și fiecare instrument folosit aduce aportul necesar la atingerea succesului și transmiterea mesajului didactic în cele mai bune condiții.

Educația fizică este un puternic instrument educativ, care poate ajuta tinerii să își dezvolte competențele sociale și capacitatea de integrare în viața profesională, cu efecte pe termen lung.

O cercetare care să dezvăluie modul în care elevii percep realitatea, modul în care se raportează la ea prin comunicare și modul în care ei percep necesitatea acestor competențe este necesară din perspectiva formării, pe parcursul ciclului liceal, a unor tineri care să se poată insera cu succes pe piața muncii și care să se poată adapta la schimbările din ce în ce mai dese ce au loc în societatea de astăzi.

**Obiectivul fundamental al cercetării** a fost acela de a identifica modul în care elevii care vin în clasa a IX-a, provenind atât din mediul urban, cât și rural, sunt pregătiți pentru comunicarea didactică, în general și în cadrul orei de educație fizică, în special, în vederea conceperii unui plan de îmbunătățire și perfecționare a interacțiunii elev – profesor, având ca scop crearea unui mediu propice educației, pe baza unui transfer informațional cu randament ridicat, între educator și educabil. Având în vedere comunicarea nonverbală și paraverbală, chestionarul utilizat în cercetare a avut incluse o serie de întrebări care au vizat în mod specific acest domeniu comunicațional.

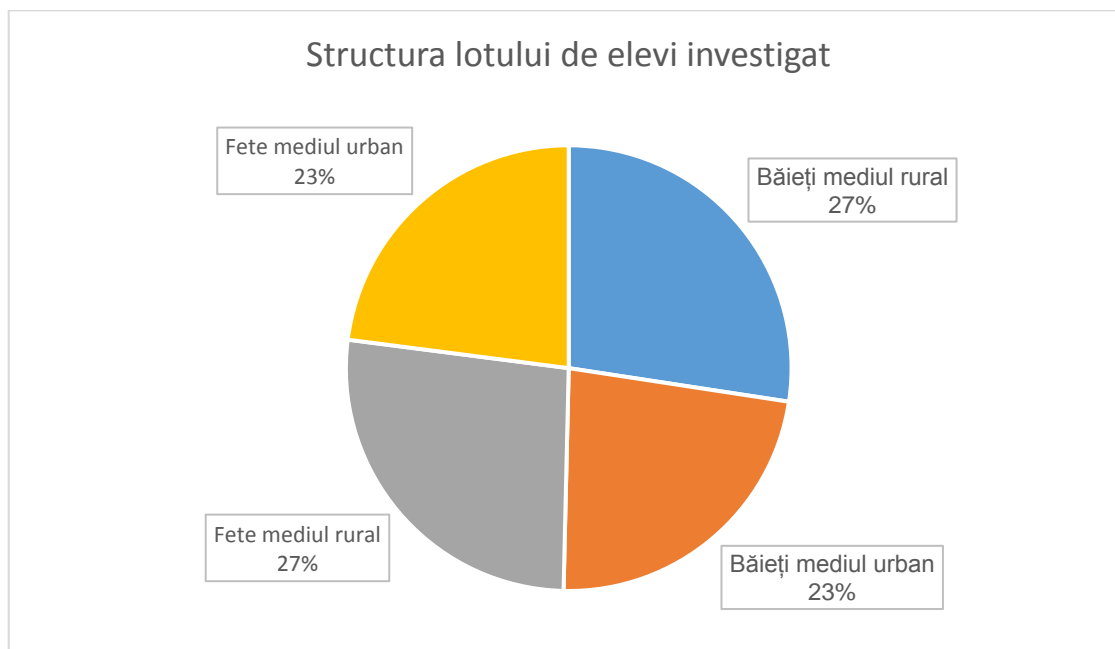


Fig. 1. Structura lotului de elevi investigat, în funcție de gen și mediu de proveniență

Cercetarea s-a efectuat pe un lot de 135 de elevi înmatriculați în clasa a IX-a, la Colegiul Economic „Ion Ghica”, Bacău.

Instrumentul folosit în măsurare este scala lui Likert, care este simplu de aplicat, iar răspunsurile sunt ușor de transformat în indicatori numerici, pentru a putea fi făcute analize și comparații.

Chestionarul a cuprins un număr de 27 de itemi, care au vizat identificarea abilităților de comunicare, dar și a înclinațiilor, preferințelor elevilor, iar printre întrebări au fost incluse și formulări care au ținut zona nonverbală și paraverbală. Detaliem în continuare rezultatele obținute prin prelucrarea răspunsurilor la itemii respectivi.

La itemul nr. 11 din chestionar – „*Cred că gesturile sunt elocvente atunci când încerci să explici / povestești ceva*”, puțini sunt de acord în totalitate cu afirmația supusă evaluării, proporția fiind de 18,51%, chiar dacă majoritatea consideră că gestică are un anumit rol în succesul transmiterii mesajului. Chiar dacă sunt pozitive, scorurile modeste obținute la acest item indică o anumită indiferență în evaluarea tuturor elementelor de cod care formează instrumentarul de comunicare uman. Gestică este extrem de eficientă în a face mesajul mai convingător, mai ales când este însoțit și de tonalități adecvate ale vocii și de anumite inflexiuni. Aproximativ o treime dintre respondenți (39,26%) nu iau în considerare importanța gesturilor, ei poziționându-se pe scală în zona 0 (indiferent). Deși puțini au fost în dezacord cu afirmația supusă evaluării (3,7%), este important de luat în calcul că au fost și astfel de respondenți. Scorurile obținute de subgrupurile formate pe criteriu **gen** sunt apropiate ca valoare, indicând că, în general, ei privesc lucrurile aproximativ la fel. Se remarcă totuși o diferență sensibilă între fetele care provin din mediul rural (0,722) și cele din mediul urban (0,871), care poate indica faptul că fetele din mediul urban ar putea avea mai multe cunoștințe teoretice în acest sens. Această opinie este susținută și de faptul că fetele și băieții din mediul rural au înregistrat scoruri extrem de apropiate (0,722/0,703), o diferență mai mare fiind însă între fetele și băieții care provin din mediul urban

(0,871/0,581), ceea ce poate arăta că băieții fie dau o importanță mai redusă gesticii în timpul comunicării, fie nu știu suficient despre rolul acesteia în procesul comunicațional.

Scorul general înregistrat (0,716), chiar dacă tinde spre valoarea (1), adică spre zona de *acord*, indică lacunele existente la elevii din clasa a IX-a, atât din punct de vedere al noțiunilor teoretice privitoare la transmiterea mesajelor, fie o indiferență față de comunicarea în mediul real, ei preferând să se manifeste mai mult în mediul virtual. Această opinie este susținută și de faptul că există numeroase studii care arată că adolescenții, având în număr mare acces la dispozitive smart, încep să aibă probleme de comunicare și de adaptare la mediu, având tendința de a migra și comunica în mediul virtual, în social media. În orice caz, acest scor vine să sugereze, alături de celelalte obținute la itemii anteriori, că este posibil ca elevii de clasa a IX-a să aibă probleme reale de comunicare în general, probleme care se fac semnificativ simțite și în comunicarea didactică.

**Itemul nr. 13:** *Mi se pare că prin mișcări îți poți exprima o gamă largă de emoții*, este un item de completare pentru itemul nr. 11, care vizează nu numai ascultarea activă, ce determină receptorul să fie atent la întreg mesajul emițătorului (verbal, nonverbal și paraverbal), dar și capacitatea de decodare și empatia receptorului.

Deși ne așteptăm de obicei ca fetele să fie sensibile și empaticе într-o mai mare măsură decât băieții, iată că scorul calculat pentru fetele care provin din mediul rural este cel mai redus (0,722), semnificativ mai mic decât al celorlalte grupuri formate pe criteriul mediului de proveniență și gen. Se pare că fetele din mediul urban de astă dată sunt mai atente la mesajul transmis prin mișcare (1,065), mai sensibile la emotivitatea unei mișcări, însă nu mai atente decât băieții din mediul rural, care au obținut scorul cel mai ridicat (1,081). Scorul general calculat (0,970) are valoarea apropiată de 1, dar era de așteptat aici un scor mai mare, dat fiind că adolescența este vârsta marilor elanuri, dar și a marilor emoții, exprimate într-o varietate de moduri: poezie, muzică, dans. Totuși, aproape 23% dintre respondenți nu iau în calcul mesajul transmis prin mișcare, ei poziționându-se în zona de *indiferent* a scalei. Acest fapt, corelat cu scorul generat modest, ne indică faptul că elevii din clasa a IX-a încă nu reușesc să decodifice mesajul în integralitatea sa, posibil și pentru că răbdarea, legată de ascultarea activă, este deficitară, dar și probabil pentru că sunt mai preocupați să transmită decât să primească. Acest lucru se observă și atunci când trebuie să răspundă unor sarcini de lucru, exprimarea lacunară este dublată de o anume stare de imobilitate, fiind mai dispuși să imite decât să aibă propriile interpretări.

**Itemul nr. 25:** *E suficient să îmi privesc colegii de echipă și știu ce am de făcut*, dorește să aducă informații suplimentare despre capacitatea de lucru în echipă a elevilor și de decodificare adecvată a mesajelor în integralitatea lor.

Scorurile calculate la acest item indică nesiguranță, nehotărâre, ce poate fi considerată caracteristică vârstei, dar corelată cu răspunsurile unde afirmă că le place să își petreacă timpul liber alături de colegi și prieteni, ne arată că pentru ei, a se afla în grup nu înseamnă totuși prea multă interacțiune directă, fiind probabil mulțumiți doar cu proximitatea covârșnicilor.

Distribuția răspunsurilor arată că băieții din mediul urban apreciază cel mai mult jocurile de echipă, scorul calculat pentru ei fiind de 0,774, cel mai apropiat de punctul de acord (1).

Cel mai puțin interesate de comunicare și lucrul în echipă sunt fetele din mediul rural, 33,33% dintre ele fiind în dezacord sau în dezacord total cu formularea propusă. Băieții din mediul rural au răspuns similar cu fetele din mediul urban, scorurile calculate pentru aceste două

subgrupuri fiind foarte apropiate valoric (0,548 / 0,568), cea ce este relativ surprinzător, din prisma faptului că în general fetele la această vârstă sunt mai concentrate pe sine și mai dornice să iasă individual în evidență.

În orice caz, scorul calculat pentru fete este de aproximativ de două ori mai mic decât scorul calculat pentru băieți, ceea ce indică preferința băieților pentru sporturile de echipă, fapt normal din perspectiva vârstei și genului.

Putem afirma că, în general, elevii din clasa a IX-a nu se descurcă foarte bine la comunicarea de grup și la sporturile de echipă, deprinderi ce le vor fi extrem de utile pentru viitor.

De aceea, este necesară o continuă preocupare pentru dezvoltarea lor personală și pentru îmbunătățirea competențelor de comunicare, disciplina Educație fizică fiind foarte ofertantă din această perspectivă.

**Itemul nr. 26: *Înțeleg mai bine cerința dacă urmăresc o demonstrație***, investighează calitatea comunicării profesor – elev din prisma modului în care elevul este conectat la activitățile didactice, decodifică atât mesajele verbale, cât și cele gestuale, dinamice și reușește să le execute corect sarcinile de lucru.

La acest item scorurile calculate sunt clar pozitive și în acord cu afirmația supusă evaluării. Cel mai mult valorizează demonstrația la ora de educație fizică băieții care provin din mediul rural (1,486) și cel mai puțin fetele din același mediu (1,111). Fetele și băieții care provin din mediul urban au scoruri cu valori foarte apropiate (1,258 / 1,290), ceea ce indică faptul că au o atitudine comună față de importanța demonstrației la ora de curs.

Totuși, scorurile sunt mult mai aproape de valoarea (1), **acord**, și nu de acordul total. Nu credem că ar fi corect să deducem de aici că elevii înțeleg perfect cerințele la oră și nu mai au nevoie de demonstrație. Corelând aceste răspunsuri cu cele de la itemii anteriori, credem că putem afirma fără să ne aflăm în eroare că aceste scoruri reflectă mai mult necesitatea unei comunicări polivalente, prin intermediul codului verbal sprijinit prin demonstrații, pentru o mai bună înțelegere a cerinței de lucru. Chiar didactica acestei discipline are, printre cele mai utilizate metode didactice, **demonstrația**, ce poate fi efectuată de un elev care are însușiri fizice adecvate pentru asta, ori de profesor. Erau de așteptat scoruri mai ridicate la acest item, din cauza faptului că există diferențe destul de mari între modul în care se desfășoară ora de Educație fizică în mediul rural și modul în care se desfășoară în mediul urban: existența mai multor săli de sport în orașe permite ca orele să nu fie perturbate de sezonalitate, pe când în mediul rural acest lucru este un fapt ce trebuie luat în considerare, deoarece în sezonul rece sau în perioadele foarte umede, orele se desfășoară în sălile de clasă, care sunt improprii unei activități didactice adecvate. Este deci explicabil faptul că elevii din mediul urban sunt mai obișnuiți cu modul de desfășurare a orelor și valorifică superior demonstrațiile în cadrul orei de Educație fizică.

Este clar că școala trebuie să identifice modalități de a scoate adolescentul din cercul vicios al însingurării prin intermediul mijloacelor multimedia, de a oferi mijloace de dezvoltare personală și de a prezenta o altă perspectivă, cea a socializării în mediul real, cea a cultivării calităților fizice și a sănătății prin mișcare, cea a obținerii unor satisfacții prin comunicare, satisfacții ce nu pot fi obținute pe alte căi.

## BIBLIOGRAFIE

1. DINU, M. *Comunicarea. Repere fundamentale*. București: Ed. Orizonturi, 2007.
2. DRAGNEA, A., coord. *Educație fizică și sport: teorie și didactică*. București: Ed. FEST, 2006.
3. DRĂGAN, I. *Paradigmele comunicării de masă*. București: Casa de Editură și Presă „Șansa”, SRL, 1996.
4. FISKE, J. *Introducere în științele comunicării*. Iași: Ed. Polirom, 2003.
5. MUCCHIELLI, A. *Arta de a comunica*. Iași: Ed. Polirom, 2015.
6. PERETTI, A.; LEGRAND, J-A.; BONIFACE, J. *Tehnici de comunicare*. Iași: Ed. Polirom, 2001.
7. RAȚĂ, G. *Didactica educației fizice și sportului*. Ed.II-a, revăzută și adăugită. Iași: Ed. PIM, 2008.
8. SFEZ, L. *O critică a comunicării*. București: Ed. Comunicare.ro, 2002.
9. ȘTEFĂNESCU, S. *Sociologia Comunicării*. Târgoviște: Editura Cetatea de Scaun, 2009.
10. TRAN, V.; STĂNCIUGELU, I. *Teoria Comunicării*. București: Editura Comunicare.ro, 2003.
11. LE COADIC, Y. *Știința Informării*. București: Ed. Sigma, 2004.

## ROLUL ȘI LOCUL EDUCAȚIEI FIZICE DE SPECIALITATE A POMPIERILOR MILITARI ÎN FORMAREA PROFESIONALĂ CONTINUĂ A ACESTORA

*Neacșu Traian-Bogdănel, Ofițer specialist, profesor educație fizică și sport  
Inspectoratul pentru Situații de Urgență „Căpitan Puică Nicolae” al Județului Argeș  
doctorand, UPS „Ion Creangă” din Chișinău*

**CZU: 796.011.1:614.84**

### Abstract

Physical education specific to military firefighters is a component of the training process within the intervention units, as well as in the educational process within the training institutions of military fire managers. Regardless of the type of emergency, the military firefighter will not be able to achieve his mission objectives without acquiring practical skills in the use of all categories of accessories and intervention materials, unless he acquires his techniques to act in a mode of speed, resistance, skill, coordination, strength often in the context of temporary isolation, particularly difficult conditions, all against the background of an exceptional physical condition.

**Key-words:** Physical Education, training, military firefighter.

Formarea profesională a pompierilor are ca scop dobândirea și menținerea statutului profesional de cadru militar prin dezvoltarea de competențe în domeniul de activitate și reprezintă totalitatea activităților de învățare realizate pe parcursul carierei, pentru îndeplinirea misiunilor și atribuțiilor postului.

Formarea profesională continuă se desfășoară pe trei paliere:

- pregătirea de specialitate;
- tragerile cu armamentul;
- educația fizică.

Educația fizică este o componentă a educației generale, integrate, alături de educația intelectuală, educația morală, educația estetică și educația tehnico-profesională. Între toate aceste componente există - logic - interdependență, relații reciproce, ele formând un întreg, un sistem. Educația fizică poate influența extraordinar de mult sfera intelectuală a personalității umane, dar și celelalte sfere (mai ales morală și estetică). Sensul principal al relației în cadrul componentelor menționate este de la educația fizică către celelalte și nu invers [2, p. 10].

Educația fizică este activitatea care valorifică sistematic ansamblul formelor de practicare a exercițiilor fizice în scopul măririi, în principal a potențialului biologic al omului, în concordanță cu cerințele sociale [1, p. 19].