

ASPECTE DE FORMARE A ABILITĂȚILOR DE ASIGURARE A CALITĂȚII VIEȚII LA DISCIPLINA „DEZVOLTAREA PERSONALĂ” ÎN CLASELE PRIMARE

SARANCIUC-GORDEA Liliana, dr., conf. univ., UPSC „I. Creangă”,
RABACU Dina, învățătoare, grad did. II, IPLT „O. Ghibu” mun. Chișinău

Abstract: *This article elucidates some scientific, normative and methodological aspects of developing the skills to ensure the quality of life in primary classes in the discipline "Personal development".*

Key-words: education for the integrity of the person, sustainable development, skills for a quality life, citizenship skills.

Un modul al disciplinei școlare în clasele primare „Dezvoltarea personală” (DP în continuare) – Modulul 2. „Asigurarea calității vieții” (modul 2 în continuare) pune accent pe integritate, gestionarea eficientă a resurselor, responsabilitate pentru o dezvoltare durabilă, o bună gospodărire și proiectează competența specifică, unitățile de competență și conținuturile recomandate, pornind de la două repere conceptuale:

Reperul 1. Educația pentru integritatea persoanei care are la bază conceptele: onestitate, responsabilitate, verticalitate și curaj astfel promovând prin conținuturile sale calitatea vieții, determinată de sistemul de valori și priorități;

Reperul 2. Dezvoltarea durabilă care se axează pe utilizarea eficientă a resurselor personale, sociale și a mediului de viață (aprecierea studiilor și muncii ca surse ale calității vieții; relații responsabile și respectuoase etc.) în vederea învățării elevilor de a se implica activ în viața comunității, de a-și încerca potențialul individual prin activități de voluntariat.

În sensul dat, acest modul:

- vizează achiziționarea de către elevi a *competențelor pentru o viață de calitate prin abilități de cetățean* adecvat mediului de existență ca o *personalitate integră, activă, socială și creativă* [2, p. 46];

- fortifică *achizițiile profesionale ale învățătorului* în vederea predării modulului doi, prin prisma dimensiunilor educației (educația morală, educația pentru valori, educația economico-financiară, educația pentru dezvoltare durabilă) [3, pp. 10-11] și a strategiilor actuale didactice de predare-învățare-evaluare [4, p. 230].

Referențialul teoretic cu referire la *reperul conceptual 1* (P. Cerbușcă, V. Chiș, S. Baci, A. Cara, G. Cristache, M. Stamatescu et. al.) stabilește că *educația pentru integritatea persoanei:*

- are ca *misiune* „ Informarea actorilor educaționali cu referire la valori și comportamente la general, precum și analiza naturii, premiselor și consecințelor corupției, precum și promovarea unei culturi a democrației și respectării legilor/regulilor și a principiilor morale” [5, p. 7];

▪ are ca *obiective*: respectarea demnității umane, a nevoilor și a drepturilor omului; promovarea relațiilor bazate pe respectarea legii și echitate; participarea la procesele democratice, asigurarea unei conviețuirii pașnice etc. [5, p. 7].

Referențialul teoretic cu referire la *reperul conceptual 2* (J. Delors, M. Ionescu, S. Cristea, E. Macavei, C. Călin, D. Bălțeanu, M. Șerban, I. Bumbu, D. Caracota, C. Constantin et. al.) stabilește că *educația pentru dezvoltare durabilă*:

▪ are ca *scop* motivarea populației pentru a se responsabiliza în problemele cu care se confruntă întreaga planetă;

▪ are ca *obiective*: achiziționarea de cunoștințe pentru înțelegerea complexității lumii; dezvoltarea abilităților de gândire critică, de acțiune pentru a răspunde provocărilor de mediu prin intermediul soluțiilor durabile.

Referențialul metodologic al acestor două repere - ONU și UNICEF (2005) declară „(e) Să folosească o varietate de metode educaționale adaptate persoanei care învață și orientate pe participare, proces și pe găsirea de soluții” [6, p.7].

În afară de metodele tradiționale, acestea ar trebui să includă, printre altele, discuții, planificări conceptuale și perceptuale, interogări filosofice, clarificări ale valorilor, simulări, scenarii, modelări, jocuri de rol, jocuri, folosirea tehnologiei comunicațiilor și informației, sondaje, studii de caz, excursii și educație în mijlocul naturii, metoda proiectului, analiza bunelor practici, experiența la locul de muncă și rezolvarea de probleme [ibidem].

Prin prisma dată, se pledează pentru valorificarea procesului educațional asigurat de îmbinarea activităților de învățare prin munca individualizată/ independentă, cu activități de cooperare; prin munca interdependentă și implicarea activă și interactivă a elevilor și învățarea (inter)activă; prin interconexiunea metodelor tradiționale cu cele (inter)active axate pe cel ce învață (I. Cerghit, O. Mândruț, L. Catană, M. Mândruț, M. Călineci, A. Oancea, S. Țibu, D. Goia, T. Cartaleanu, O. Cosovan, L. Sclifos, R. Solovei et .al.).

Actualul curriculum (2018) transpune aceste recomandări prin fixarea perceptelor privind strategiile didactice centrate pe elev:

- orientate de paradigmele educației postmoderne [7, p.198]:
 - învățării ca elaborare (inter)activă de cunoștințe (I. Cerghit, 2005) [apud, p.198];
 - învățării ca o construcție a cunoașterii;
 - învățării ca autoexplorare și autodescoperire;
- promovând diversificarea și personalizarea [7, p.199]:
 - orientarea spre învățarea activă;
 - orientarea spre a învăța să înveți;
 - orientarea spre formarea de competențe;

- orientarea spre dezvoltarea creativității elevilor.

Astfel, prin prisma surselor abordate, deducem că procesul constructiv și calitativ de formare a abilităților de asigurare a calității vieții la disciplina școlară DP în clasele primare depinde de bagajul achiziționat și dezvoltat de competențe profesionale ale învățătorului. Din perspectiva dată actualele *Standarde* solicită învățătorului să formeze permanent la elevi abilitățile de învățare (individual și în grup) care să le permită adaptarea la societatea bazată pe cunoaștere, adică îi învață cum să învețe, îi învață să învețe pentru sine și le facilitează (auto)învățarea [8, p. 123]. Iar sursele de specialitate (V. Negovan, S. Derry, P. Meirieu, M. Bocoș, D. Jucan, P. Mureșan, L. Peculea, D. Ignat, R. Brănișteanu, C. Macri), în sensul dat, solicită cadrelor didactice utilizarea metodelor de învățare centrate pe elev.

După A. Boncea (2016), în contextul didacticii post-moderne/curriculare, cadrul didactic va [9, pp. 26-50]:

- pleda pentru construirea de strategii didactice bazate pe acțiune, aplicare, cercetare, experimentare în vederea asigurării dezvoltării/valorificării resurselor cognitive, afective, acționale pentru a-l pregăti pe elev în vederea adaptării și inserției optime în mediul socio-profesional;

- crea elevilor ocazia de a practica o învățare de calitate, de a realiza achiziții durabile, susceptibile de a fi utilizate și transferate în diverse contexte instrucționale;

- îndruma elevii, le va oferi suport, îi va respecta și-i va cointeresa spre achiziționare de abilități de învățare pentru realizarea obiectivelor învățării.

În vederea validității celor abordate în continuare propun unele exemple practice de formare a abilităților de asigurare a calității vieții la elevii din clasa a II-a în cadrul disciplinei școlare DP, pornind de la clarificarea și stabilirea demersurilor curriculare în proiectarea didactică a cadrului didactic:

Tabelul: Demersuri curriculare – Modulul 2 „Asigurarea calității vieții” cl. a II-a

Subiect tematic	Unități de competențe	Unități de conținut
Prietenul la nevoie se cunoaște	2.1. Identificarea comportamentelor corecte în grupul școlar și în mediul natural	Calitățile prietenilor. Valoarea calității. Diversitatea calităților.
Suntem colegi de clasă		Calitățile colegilor. Valoarea calității. Diversitatea calităților. Completarea reciprocă prin manifestarea calităților în grup.
Respect regulile de		Reguli de comportament în

comportament în grup		grup. Comportament corect de grup.
Fetele și băieții clasei	2.2. Relaționarea în context variate cu semenii de ambele genuri	Fetele și băieții. Oportunități de manifestare. Activități comune.
Natura ținutului natal	2.3. Demonstrarea atitudinii grijului față de lucrurile personale și a celorlalți în mediul familial și școlar	Grija față de natură. Acțiuni de protejare a naturii.
Învăț, mă joc într-un mediu favorabil		Mediul favorabil de joacă și activitate.
Manifest respect față de lucrurile personale	2.1. Identificarea comportamentelor corecte în grupul școlar și în mediul natural	Respect față de lucrurile personale. Protejarea lucrurilor personale.
Manifest respect pentru lucrurile colegilor		Respect față de lucrurile colegilor. Respect pentru lucrurile celuilalt. Corectitudinea delimitării lucrurilor: al meu, al tău, al nostru.

În sensul valorificării acestor demersuri curriculare se pot aborda următoarele modalități.

Subiectul lecției „Prietenul la nevoie se cunoaște”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Evocare*; *Realizarea sensului*; *Reflecție*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*:

O.1. listeze aptitudinile personale pentru diferite activități sociale la nivelul clasei și la nivel personal;

O.2. distingă rolul fiecărei aptitudini personale în diferite activități sau sarcini sociale la nivelul clasei și la nivel personal;

O.3. deducă rolul fiecărui prieten în realizarea diferitelor activități în diferite aspecte.

La lecția precedentă elevii sunt informați despre subiectul lecției propriu-zise „prieteni” și anume cei care îi ajută în diverse activități preferate (matematică, sport, lectură, etc.), cu prezentarea personajelor: Primo; Iuțilă; Energo; Bucurilă; Ușurilă.

Pentru etapa lecției *Evocare* la pasul *Implică-te!* se solicită elevilor să aleagă una dintre activitățile preferate și să estimeze care personaje îi ajută să realizeze această activitate; să explice modul în care aceste personaje contribuie la activitatea lor preferată. Elevii sunt inițiați să caute imagini sau să realizeze desene cu aceste personaje, pentru a fi prezentate la lecția dată.

În *Evocare* (O.1.) se cere elevilor să prezinte în fața clasei imaginile găsite/desenele pentru a reprezenta „prieteni” și să motiveze alegerea făcută.

În *Realizarea sensului* la pasul *Prelucrează informația!* (O. 2.) se distribuie Fișa de lucru propusă mai jos:

Fișa „Prietenii mei”

Prieteni	Limba română	Matematică	Științe	Lectură	Sport	Activitate gospodărească
PRIMO Prietenul care te ajută să fii printre primii în ceea ce faci						
IUȚILĂ Prietenul care te ajută să realizezi mai repede anumite activități						
ENERGO Prietenul care te ajută să nu obosești când realizezi o anumită activitate						
BUCURILĂ Prietenul care te ajută să-ți placă activitatea pe care o realizezi						
UȘURILĂ Prietenul care te ajută să realizezi activitățile mai ușor decât alți colegi, fără prea mult efort						

Elevii sunt solicitați, individual, să bifeze în fișă prietenii care îi ajută în activitățile enumerate. Apoi, în perechi să compare modul de completare a fișei, identificând prietenii comuni pe care îi abordează în diverse activități. La finalul etapei date se realizează jocul educativ „de recunoaștere”. Elevilor li se explică că vor prezenta în fața clasei pe unul din prieteni (ex. cum este el, de ce elevii îl aleg pentru a realiza o anumită activitate etc.), iar sarcina colegilor este de a recunoaște prietenul pe baza descrierii. Elevul care ghicește prietenul descris trece în față și descrie un alt prieten.

Etapa lecției *Reflecție* la pasul *Comunică și decide!* (O.3.) vizează o discuție dirijată: - Care este rolul prietenilor în realizarea unor activități?; - Cum vă puteți face noi prieteni?; - Trebuie să vă

întâlniți de mai multe ori cu un prieten până când acesta ajunge să vă fie devotat?; - Exemplificați și alte situații în care un prieten (sau mai mulți prieteni) va ajutat sau vă poate ajuta.

Subiectul lecției „Suntem colegi de clasă”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Reflecție* pașii *Comunică și decide!* și *Apreciază!*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să:*

O.1. identifice calitățile colegilor de clasă;

O.2. recunoască că orice persoană are atât calități, cât și defecte.

În etapa lecției *Reflecție* la pasul *Comunică și decide!* (O.1.) fiecare elev în mod individual completează spațiile organizatorului tabelar de mai jos:

Tabelul: „Cum mă văd colegii?”

Îi ajută pe colegi să-și rezolve conflictele	Prețuiește și îngrijește natura	Găsește cele mai potrivite exemple la lecții	Explică clar lecțiile celor care nu le-au înțeles	Își exprimă foarte clar gândurile	Îngrijește cel mai bine florile din clasă
Pronunță cel mai bine cuvintele la limba română	Știe să cânte la un instrument muzical	Realizează lucruri deosebite la educația tehnologică	Citește cel mai mult dintre toți colegii clasei	Povestește cu mult umor întâmplări hazlii	Desenează mai frumos decât majoritatea colegilor
Ajută pe oricine are nevoie de el/ea	Știe să îngrijească de copiii mari	Practică un sport de performanță	Utilizează foarte bine calculatorul	Este foarte bun/ă la jocuri de mișcare	Crește un animal de companie

Se explică elevilor că prin sarcina dată vor afla mai multe lucruri despre ei înșiși. După ce sunt scrise calitățile în tabel, elevii sunt întrebați dacă mai doresc să adauge și alte calități pe care le-au observat la colegii lor. Elevii sunt rugați să se gândească în ce măsură calitățile prezentate în tabel sunt prezente la colegii lor și să completeze căsuțele libere cu numele colegilor pentru care este valabilă calitatea expusă.

În etapa lecției *Reflecție* la pasul *Apreciază!* (O.2.) se discută cu elevii: - Ce ați desprins despre propria persoană și despre ceilalți colegi?; - Ar putea să fie trecut numele fiecărui elev în

fiecare rubrică din tabel? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce?; - Credeți că este un lucru bun faptul că oamenii sunt diferiți? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce?; - Credeți că poate fi descris un coleg privind numai o rubrică din tabel? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce?; - Poate fi o trăsătură sau un comportament negativ definitoriu pentru om? Dacă da, de ce? Dacă nu, de ce?

Subiectul lecției „Respect regulile de comportament în grup!”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Evocare; Realizarea sensului; Reflecție; Extindere*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să:*

O.1. exprime modul în care demonstrează respect pentru demnitatea umană necondiționată a fiecărui coleg;

O.2. explice ce înseamnă dreptul la educație;

O.3. numească acțiuni pentru a se simți în siguranță și a fi fericit în clasă

În etapa lecției *Evocare* (O.1.) la pasul *Implică-te!* se propune elevilor să enumere lucruri/idei care le vin în minte când aud cuvântul clasă (brainstorming prin tehnica păianjenul). Se subliniază cuvintele care se referă la anumite caracteristici/comportamente ale colegilor. Se discută despre ele: – Ce presupune o clasă?; – Cine participă la acest grup?; – Ce roluri au elevii?; – Ce fel de relații se stabilesc între membrii grupului?; – Ce drepturi au?; – După ce criterii sunt aleși?; – Ce activități pot desfășura elevii împreună?; – Pe ce trebuie să se bazeze relațiile dintre colegi?

În etapa lecției *Realizarea sensului* la pasul *Informează-te!* se valorifică conținutul „Fiecare copil are dreptul de a învăța la școală, de a fi în siguranță și de a fi fericit atât în familie, cât și la școală. Pentru a asigura acest drept fiecare elev trebuie să cunoască și să respecte reguli de conduită în clasă pentru a se bucura de dreptul de a fi în siguranță și de a fi fericiți în clasa lor”.

Se solicită elevilor să numească 3-4 acțiuni care i-ar face să se bucure de dreptul de a fi în siguranță și de a fi fericiți în clasa lor.

La pasul *Procesează informația!* (O.2.) învățătoarea selectează cele mai relevante acțiuni expuse de elevi, le scrie pe tablă: ex. Să ne numim după prenume; Să ne jucăm împreună. Sugerează elevilor, în perechi să discute acțiunile enumerate și apoi să propună doar trei idei care, în opinia lor, i-ar face să simtă că drepturile lor sunt respectate în clasă.

Se clarifică elevilor faptul că, tot ce au numit ei sunt drepturile lor. Ulterior, împreună cu toți elevii, se alcătuiește *Carta drepturilor pentru clasă*.

În etapa lecției *Reflecție* la pasul *Comunică și decide!* și *Apreciază!* (O.3.) se propune elevilor să argumenteze: - Care prevederi din *Carta drepturilor clasei* vă este mai ușor să le respectați/urmați?; - Care prevederi au nevoie de mai multă explicație, înțelegere, timp etc.?

În etapa lecției *Extindere* la pasul *Acționează!* se propune elevilor să creeze un puzzle sau desen la tema „Clasa mea”, în care să redev cum ar vrea să arate clasa lor.

Subiectul lecției „Fetele și băieții clasei”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Realizarea sensului*.

La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*: O.1. identifice șansele egale pe care le are fiecare persoană, diferită de gen, în cadrul clasei/grupului.

În etapa lecției *Realizarea sensului* la pasul *Procesează informația!* (O.1.) se propune elevilor textul literar „Rățușca cea urâtă” în format audio. Întrebări la text:

- Cum credeți că s-a simțit rățușca când nu a fost înțeleasă?
- De ce rățușca a hotărât să plece?
- A fost o idee bună? Argumentați.
- Animalele din curte au fost respectuoase cu rățușca?
- Ce fel de prejudecăți au avut față de ea?
- Cum ar fi trebuit să procedeze cu rățușca, dacă o respectau?
- Faceți o paralelă cu clasa în care învățați/curtea în care vă jucați: există vreo persoană care are astfel de probleme? (elevii se atenționează să nu dea nume)

– Cum ajutați persoana respectivă să depășească prejudecățile/problemele cu care se confruntă?

Subiectul lecției „Natura ținutului natal”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Extindere*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*: O.1. deosebească acțiunile permise și interzise în mediul naturii.

În etapa lecției *Extindere* la pasul *Acționează!* (O.1.) se solicită elevilor împreună cu părinții să ducă observări (o săptămână) în mediul naturii din preajma casei; să deseneze/decupeze sau să scrie acțiunile observabile, grupându-le după tabelul propus. Pe finalul observărilor se solicită elevilor, ghidați de familie, să alcătuiască un îndemn de responsabilizare în mediul naturii ținutului natal, completând *Fișa „Responsabilizarea oamenilor în mediul naturii ținutului natal”*:

Acțiuni interzise	Acțiuni permise
Îndemn de responsabilizare a oamenilor în mediul naturii ținutului natal	

Subiectul lecției „Învăț, mă joc într-un mediu favorabil!”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Realizarea sensului*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*: O.1. propună acțiuni de creare a unui mediu favorabil de joacă.

În etapa lecției *Realizarea sensului* la pasul *Procesează informația!* (O.1.) se solicită elevilor în perechi să completeze *Tabelul* (brainstorming scris sau desen) „*Loc de joacă*”:

LOC FAVORABIL DE JOACĂ	Ce simt?	Cum arată?	Ce drepturi sunt asigurate?

LOC NEFAVORABIL DE JOACĂ	Ce simt?	Cum arată?	Ce drepturi sunt asigurate?

La finele sarcinii perechile sunt îndemnate să prezinte ceea ce au gândit. În timpul prezentărilor învățătoarea listează caracteristicile locurilor favorabile și a celor nefavorabile: – Cât de important este să avem locuri speciale, unde ne simțim în siguranță atât noi, cât și ceilalți? Apoi elevii sunt rugați să propună 2-3 acțiuni/soluții pentru a face ca locurile să fie favorabile/sigure, protejate, securizate. Pentru sarcina dată se discută ideile împreună: – Cine este responsabil de a face locurile favorabile/sigure și securizate?; – La cine vă adresați în cazul în care vă simțiți în nesiguranță?; – Ce trebuie să faceți în cazul în care cunoașteți astfel de locuri?

Subiectul lecției „Manifest respect față de lucrurile personale!”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Extindere*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*: O.1. asambleze imaginea atitudinii pozitive față de sine și lucrurile personale.

În etapa lecției *Extindere* la pasul *Acționează!* elevilor pentru acasă se propune să completeze Fișa „Totul despre mine”:

Eu:
Eu am....ani. Am părul.....și ochii.....
Ziua mea de naștere este:.....
La școală folosesc următoarele lucruri personale:
Acasă folosesc următoarele lucruri personale:
La joacă folosesc următoarele lucruri personale:
În drumeții/excursii folosesc următoarele lucruri personale:
Pe banii din munca părinților sunt cumpărate următoarele lucruri personale:
Pe munca membrilor familiei sunt confecționate următoarele lucruri personale:

Subiectul lecției „Manifest respect pentru lucrurile colegilor!”. *Obiectivele lecției* pentru etapa *Realizarea sensului*. La sfârșitul lecției, *elevul va fi capabil să*: O.1. elaboreze lista lucrurilor colegului de bancă.

În etapa dată la pasul *Procesează informația!* (O.1) elevii realizează sarcina în pereche. Se repartizează fiecărui elev din pereche câte o foie de hârtie. Se solicită elevilor să-și scrie numele în mijlocul foii, folosind creioane colorate. Elevii sunt rugați să deseneze în jurul numelui diferite lucruri personale care le plac cel mai mult, cum ar fi jucăriile sau bucatele preferate, locurile unde le place să meargă, ocupațiile din timpul liber, prietenii cei mai apropiați etc. Se propune elevilor să-și arate foile unul altuia și să le povestească colegilor de pereche despre lucrurile lor preferate. Pe finalul sarcinii elevii sunt rugați să agațe desenele pe pereții clasei, formând astfel „Galeria Echipei”.

Refelecție de pereche: – Cum v-ați simțit când povesteți colegilor despre lucrurile personale? De ce?; – Ce lucruri noi ați aflat despre ceilalți?; – Ce ați aflat nou despre voi?; – Cum credeți, de ce copiii sunt diferiți?; – Cu toate că sunteți diferiți, ce lucruri aveți în comun? De ce?.

Pe final se propune elevilor să elaboreze o listă „Lista secretelor” de 5 lucruri pe care nu e bine să le divulge. Se concretizează de ce anume trebuie să se păstreze în secret datele cu caracter personal.

Țin să menționez, faptul că modalitățile detaliate au fost elaborate în baza surselor de specialitate: M. Belciu, D. Demenenco, S., Hint (2011) [10]; Dezvoltarea personală. Ghid pentru cadrele didactice. Exemple de sarcini. Clasele 1-4 (2019-2020) [11]; V. Terguță, (2018) [12]; G. Lemeni, L., Mihalca, C., Mih (2011) [13]; V. Dumitrașcu (2006) [14].

Bibliografie:

1. *Repere metodologice privind organizarea procesului educațional la disciplina școlară „Dezvoltare Personală” în anul de studii 2019-2020.* Anexă la Ordinul MECC nr. 1046 din 21 august 2019. [citat 06.11.2021] Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/22_dezvoltare_personala_2019-2020_final_09092019.pdf
2. *Strategiei de dezvoltare a educației pentru anii 2014-2020 „Educația-2020”.* Aprobata prin Hotărârea Guvernului nr.944 din 14 noiembrie 2014. [citat 06.11.2021] Disponibil: <http://lex.justice.md/index.php?action=view&view=doc&lang=1&id=355494>
3. DANDARA, O. Disciplina „Dezvoltare personală”, un răspuns la realitățile sociale și o provocare pentru cadrele didactice. În: *Didactica Pro...*, nr.4-5 (116-117) octombrie 2019. [citat 06.11.2021] Disponibil: http://dspace.usm.md:8080/xmlui/bitstream/handle/123456789/2482/Dandara_O_Disciplina_Dezvoltare_personala.pdf?sequence=3&isAllowed=y
4. *Ghid de implementare a curriculumului pentru învățământul primar*, Chișinău, 2018. [citat 06.11.2021] Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/ghid_curriculum_primare_rom_5.pdf

5. CERBUȘCA, P. Suport teoretic și metodologic pentru formarea continuă a cadrelor didactice privind educația pentru integritate. Chișinău: Centru Educațional PRODIDACTICA. Clubul PAIDEIA, 2020. [citată 06.11.2021] Disponibil: <http://red.prodidactica.md/wp-content/uploads/sites/5/2020/12/Suport-teoretic-pentru-formarea-cadrelor-didactice-privind-educa%C8%9Bai-pentru-integritate.pdf>
6. ONU. Comisia economică pentru Europa. Comitetul de politică a mediului. Strategia UNECE pentru educația pentru dezvoltare durabilă adoptată la întâlnirea la nivel înalt a miniștrilor mediului și educației de la Vilnius, Lituania CEP/AC.13/2005/3/Rev.1 23 March 2005. [citată 06.11.2021]. Disponibil: <https://www.edu.ro/sites/default/files/Strategia%20UNECE%20pentru%20EDD%20versiunea%20in%20lb.%20romana.pdf>
7. Curriculum Național. Învățământul primar. Chișinău, 2018, Aprobata la Consiliul Național pentru Curriculum (Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018). [citată 06.11.2021] Disponibil: https://mecc.gov.md/sites/default/files/curriculum_primare_site.pdf
8. RĂDUȚ-TACIU, R. Management educațional. Suporturi pentru formarea viitoarelor cadre didactice. Cluj-Napoca: Editura Casa Cărții de Știință, 2003. ISBN 978-973-47-1526-8.
9. BONCEA, A. Strategii didactice moderne. Metode interactive de predare – învățare – evaluare. În *Analele Universității „Constantin Brâncuși”, Târgu Jiu, Seria Științe ale Educației*, Nr. 3/2016, pp. 26 – 50. Disponibil: https://www.utgjiiu.ro/revista/dppd/pdf/2016-03/3_Amelia%20Georgiana%20Boncea.pdf
10. BELCIU, M., DEMENENCO, D., HINȚ, S. Metode și instrumente pentru dezvoltarea abilităților de viață la clasă. Pitești: Editura Paralela 45, 2011. ISBN 978-973-47-1330-1. Disponibil: https://nou.siphd.ro/doc/resurse_virtuale/resurse008.pdf
11. Dezvoltarea personală. Ghid pentru cadrele didactice. Exemple de sarcini. 2019-2020 Clasele 1-4. Chișinău: JOBS Moldova PHZH, 2019. Disponibil: http://nmspataru.com/assets/files/booklet_training_pd_jobs-moldova_rom.pdf
12. TERGUȚĂ, V., (coord.), Educație pentru drepturile omului. Curriculum clasele I-IV. Ghidul învățătorului. MECC, Chișinău: Editura Gunivas, 2018. Disponibil: https://amnesty.md/wp-content/uploads/Educatie-pentru-Drepturile-Omului_Ghidul-Invatatorului-cl-I-IV.pdf
13. LEMENI, G., MIHALCA, L., NIH, C. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele I-IV. Cluj-Napoca: Editura ASCR, ediția a II-a revăzută, 2011. Disponibil:

14. DUMITRAȘCU, V. *Învăț să fiu. Ghid pentru psihologi școlari, diriginți, profesori.* Chișinău: Centrul Educațional Pro Didactica, 2006. ISBN 978-9975-9850.

TEHNICI DE STIMULARE A RESPECTULUI DE SINE ÎN CADRUL ORELOR DE „DEZVOLTARE PERSONALĂ”

CHIREV Larisa, lector univ., UPSC „Ion Creangă”

Abstract: *The article reflects the theme of self-esteem from the perspective of different authors explaining self-esteem, its components and the factors that make up it. The practical value of this article is determined by the 7 exercises proposed to school psychologists and teachers for use in their professional work.*

Keywords: self-esteem, unconditional value, unconditional love, development.

Toată lumea acceptă ideea conform căreia respectul de sine are un rol esențial dacă vrem să avem o bună sănătate mintală și fizică, în timp ce o imagine de sine negativă periclitează sănătate și reduce performanța. Dar cum ajungem să avem o stimă de sine sănătoasă? Dr. Glenn R. Schiraldi menționează că „copiii cu stimă de sine tind să aibă părinți care au ei înșiși stimă de sine. Acești părinți sunt, în mod constant iubitori cu copiii lor, exprimându-și interesul față de viața lor și a prietenilor acestora, oferindu-le timp și încurajări... Părinții copiilor cu stimă de sine au standarde și așteptări înalte, dar așteptărilor lor sunt clare, rezonabile, realiste și sunt însoțite de sprijin și încurajări. Stilul disciplinar este unul democratic, în care părerea și individualitatea copilului sunt respectate, dar părinții sunt cei care iau deciziile finale în chestiunile importante” [2, p. 29]. Mai menționează Dr. Glenn R. Schiraldi că părinți transmit copilului mesaje care de fapt spun: „Am încredere în tine, dar știu, de asemenea, că nu ești perfect. Cu toate acestea, te iubesc, și îmi voi face timp să te ghidez, să-ți fixez limite, să te învăț ce înseamnă disciplina și aștept ce e mai bun de la tine pentru că am încredere în tine și te prețuiesc” [2, p. 30].

Cert, însă este faptul, că sunt persoane care nu au avut parte de asemenea atitudini parentale, dar oricum au stimă de sine.

Stima de sine este definită de Patrice Ras ca fiind „valoarea pe care ne-o acordăm mai mult sau mai puțin conștient și într-un mod mai mult sau mai puțin direct. Stima de sine este globală, dar ea se sprijină pe o stimă de sine pentru fiecare domeniu al vieții: în familie, la școală, la serviciu, în