

**MINISTERUL EDUCAȚIEI AL REPUBLICII MOLDOVA**

**UNIVERSITATEA PEDAGOGICĂ DE STAT  
„ION CREANGĂ” DIN CHIȘINĂU**

**LARISA CUZNEȚOV**

**CONSILIEREA PARENTALĂ**

**GHID METODOLOGIC**

**Chișinău, 2013**

**CZU37.018.1**

**C 97**

Aprobat pentru editare de Senatul UPS „Ion Creangă” din Chișinău  
(martie 2013).

**Recenzenți:**

**Carolina Platon**, dr. hab., prof. univ., USM

**Carolina Calaraș**, dr., conf. UPS “I. Creangă” din Chișinău

Descrierea CIP a Camerei Naționale a Cărții

Cuznețov Larisa Leonid. Consilierea parentală. Ghid metodologic.  
Larisa Cuznețov. Ministerul Educației al Republicii Moldova, UPS  
„I. Creangă” din Chișinău. – Ch.: Primex-Com, SRL, 2013.

Bibliogr. p.109-110 (23 tit.)

ISBN 978 – 9975 – 4253 – 8 -4.

ex. 200

© Larisa Cuznețov

## CUPRINS

|  |     |
|--|-----|
| <b>INTRODUCERE</b> .....   | 4   |
| <b>Tema 1.</b> CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ – COMPONENTĂ ESENȚIALĂ<br>A FORMĂRII PERSONALITĂȚII UMANE. CONSILIEREA PĂRIN-<br>ȚILOR. SPECIFICUL CONSILIERII ADULȚILOR ȘI COPIILOR..... | 7   |
| <b>Tema 2.</b> CONSILIEREA PĂRINȚILOR ÎN CONTEXTUL FORMĂRII CULTU-<br>RII ȘI EFICIENȚEI PERSONALE. AUTOPERFEȚIONAREA ȘI<br>CONSOLIDAREA COMPETENȚELOR PARENTALE.....                 | 26  |
| <b>Tema 3.</b> PROCESUL DE CONSILIERE PSIHOPEDAGOGICĂ A PĂRINȚILOR<br>ȘI RESPECTAREA DEONTOLOGIEI PROFESIONALE.....  | 32  |
| <b>Tema 4.</b> CONSILIEREA PREVENTIVĂ A PĂRINȚILOR.....  | 46  |
| <b>Tema 5.</b> CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ PENTRU DEZVOLTAREA<br>PĂRINȚILOR .....  | 59  |
| <b>Tema 6.</b> CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ A PĂRINȚILOR ÎN SITUAȚII<br>DE CRIZĂ.....   | 70  |
| <b>ANEXE: Din experiența de consiliere a familiei</b>  |     |
| <b>Anexa 1.</b> DIMENSIUEA DEONTOLOGICĂ ÎN CONSILIEREA FAMILIEI.....   | 76  |
| <b>Anexa 2.</b> CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ PARENTALĂ CA<br>COMPONENTĂ DE FORMARE A CULTURII FAMILIEI.....   | 84  |
| <b>Anexa 2.</b> ATITUDINILE ȘI COMPORTAREA CONSILIERULUI: UN EVENTUAL COD<br>DEONTOLOGIC ȘI UNELE ELEMENTE TEHNOLOGICE.....  | 101 |
| <b>BIBLIOGRAFIE</b> .....  | 109 |

## INTRODUCERE

Activitățile de consiliere psihopedagogică presupun un demers educațional-formativ centrat pe valorificarea capacităților și a disponibilităților individuale ale persoanei. Consilierea psihopedagogică este menită să faciliteze învățarea de către fiecare persoană a unor deprinderi și abilități care să-i permită adaptarea permanentă printr-o schimbare evolutivă la solicitările realității [7]. În contextul consilierii parentale (în continuare CP), vom valorifica ambele dimensiuni ale consilierii psihopedagogice: *consilierea psihologică* și *consilierea pedagogică*, deoarece problemele cu care se confruntă adulții, realizând unul dintre cele mai importante roluri sociale, cel de părinți, presupun posedarea unui ansamblu de competențe care i-ar face abili și eficienți în calitate de sfătuitori-consilieri.

Valențele consilierii psihopedagogice parentale sunt reflectate fragmentar în literatura de specialitate de mai mulți autori [1; 2; 3; 6; 7; 13 etc.], însă noi le vom analiza în baza accepțiunilor lui Ion Al. Du-mitru [8] și a experienței proprii. Consilierea psihopedagogică parentală se prezintă ca o configurație amplă de acțiuni/activități de orientare și ghidare a părinților. Caracteristicile de bază ale CP sunt următoarele:

- *Consilierea psihopedagogică/parentală se adresează părinților aflați în diverse situații și stadii ale procesului de formare și dezvoltare a propriei personalități.* Beneficiari ai activităților de consiliere psihopedagogică pot fi toți cei ce se află, la un moment dat, în ipostaza de subiecți care parcurg diverse experiențe de învățare cu scopul formării și al dezvoltării propriei personalități pentru a face față rolurilor sociale de părinți. Obținerea unei competențe și eficiențe sporite în învățare, dar și în viață, în general, reclamă sprijinul și îndrumarea consilierilor educaționali.

- *Consilierea psihopedagogică are la bază un model psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității* (și nu unul clinic, curativ, cum este cazul psihoterapiei). Ea presupune sprijin și îndrumare pentru învățarea unor deprinderi, abilități și competențe parentale prin care persoana va face față cu succes solicitărilor vieții, familiei, copiilor; se va dezvolta optim și va avea o viață confortabilă. Scopul consilierii psihopedagogice constă în provocarea unor schimbări evolutive voluntare în atitudinile și comportamentul oamenilor, în direcția asumării conștiente, de către fiecare persoană, a unui mod demn de viață, adecvat din punct de vedere social, care să-i aducă satisfacție, automulțumire și sentimentul autorealizării în calitate de părinte.
- *Consilierea psihopedagogică are, cu precădere, un rol preventiv și de dezvoltare*. Ea îndrumă și sprijină persoana pentru a o învăța să prevină eventualele situații de criză în care s-ar putea afla la un moment dat, să conștientizeze și să știe cum poate pune în valoare disponibilitățile și resursele sale și a copiilor pentru a se adapta optim la realitate. Consilierea psihopedagogică ajută părinții să învețe a găsi soluții acceptabile pentru rezolvarea problemelor cu care se confruntă, insuflându-le ideea și dezvoltându-le convingerea că fiecare este în stare să depășească dificultățile realității.
- *Consilierea psihopedagogică parentală este un demers educațional-formativ specific*: sarcina esențială a consilierului nu constă în faptul de a instrui, ci, mai degrabă, de a sprijini părinții pentru ca ei să se ajute pe sine, independent, în rezolvarea problemelor apărute. Consilierul educațional nu are soluții dinainte stabilite, el ajută persoana care i-a solicitat ajutorul, pe parcursul procesului de consiliere, ca aceasta să găsească soluția cea mai eficientă pentru rezolvarea propriilor probleme și a dificultăților de comunicare, relaționare cu copiii săi.

- *Consilierea psihopedagogică integrează și valorifică perspectiva psihologiei umaniste* privind formarea și dezvoltarea personalității umane. Potrivit acesteia, succesul consilierii parentale este dat de implicarea conștientă, activă și responsabilă a familiei, părinților în autodezvoltarea Eu-lui și a propriei personalități, considerate elemente de bază ale schimbării evolutiv-adaptative a persoanei. Conștientizarea de către fiecare persoană a propriilor capacități și disponibilități și cultivarea dorinței, motivației, a voinței acesteia de a se manifesta cu demnitate, liber, autonom – reprezintă condițiile esențiale ale unei vieți în calitate de părinte și familist, pline de sens, însoțită de sentimentul autoîmplinirii și fericirii.

## Tema 1

# CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ – COMPONENTĂ ESEŢIALĂ A FORMĂRII PERSONALITĂŢII UMANE. CONSILIEREA PĂRINŢILOR. SPECIFICUL CONSILIERII ADULŢILOR ŞI COPIILOR

| OBIECTIVE DE REFERINŢĂ   | CONŢINUTURI   |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să identifice conceptele de bază și dimensiunile CPP;</li><li>• să analizeze scopurile și structura tridimensională a CPP;</li><li>• să argumenteze necesitatea abordării integrative;</li><li>• să interpreteze valorificarea principiilor CPP.</li></ul> | Concepte de bază. Consilierea psihopedagogică a părinților/ CPP. Dimensiunile consilierii parentale: psihologică și cea pedagogică. Caracteristicile esențiale ale CPP. Scopurile și structura pentadimensională a CPP. Abordarea integrativă sistemică a CPP. Consilierea părinților și copiilor. Principiile CPP. |

### REPERE TEORETICE:

#### **Dimensiunile consilierii psihopedagogice parentale/ CPP**

Consilierea psihopedagogică parentală are *două dimensiuni esențiale*, aflate în relație de interdependență, astfel încât putem vorbi de *un tip aparte de consiliere*. Cele două dimensiuni ale consilierii psihopedagogice sunt: *a) dimensiunea psihologică; b) dimensiunea pedagogică/ educațională.*

*Dimensiunea psihologică a consilierii parentale* se referă la sprijinul, ajutorul și îndrumarea acordate părinților pentru funcționarea adaptativ-inovativă optimă a personalității lor prin realizarea unei congruențe între cognițiile, competențele, emoțiile, atitudinile și conduita proprie. Armonia dintre sfera cognitivă, atitudinală (idei, valori, cre-

dințe, convingeri etc.), trăirea emoțională a evenimentelor și manifestările comportamentale, conferă persoanei încredere în sine, o anumită coerență între ceea ce gândește, simte și face, autentificate în naturalețea conduitei, asigurându-i o stare de confort psihologic și de bine general. Astfel, consilierea psihologică urmărește facilitarea auto-cunoașterii, a acceptării trăirilor emoționale și autoactualizarea disponibilităților persoanei în contextul creării unor condiții esențiale de rezolvare cu succes a problemelor care apar în viața acesteia. Consilierea psihologică are ca scop sprijinirea și ajutorarea individului să funcționeze mai eficient în viața cotidiană și să aibă relații pozitive cu cei din jur și cu propriii copii.

### ***Dimensiunea pedagogică/educațională a consilierii parentale***

vizează provocarea unor schimbări conștiente în sfera intelectuală, cognitivă, atitudinală și comportamentală a părinților prin antrenarea lor în activități educațional-formative specifice, care vor asigura învățarea-achiziționarea și consolidarea competențelor, deprinderilor de a face față problemelor vieții, pentru a dobândi abilități necesare de îngrijire, educație, relaționare cu copiii și membrii adulți în viața familială și cea personală. Evident că în calitate de părinte, se au în vedere competențele parentale, mai precis, restructurarea, consolidarea, iar, deseori, chiar învățarea și formarea unor noi competențe de comunicare, relaționare, negociere cu copiii; competențe de educație familială; influențare, motivare, convingere și corecție a conduitei copiilor.

Consilierea psihopedagogică parentală nu se reduce la sprijinul, ajutorul și îndrumarea persoanelor implicate în activități educaționale, instructiv-formative, în sensul strict al termenului (elevi, studenți, profesori etc.), ci are o arie de cuprindere mult mai largă, incluzând *toate activitățile educațional-formative* pe care le parcurge omul, atât în contexte formale (în instituții specializate: școli, universități etc.), cât și în contexte informale (în experiențele vieții cotidiene, din care omul



învață să-și dezvolte personalitatea). Iată de ce considerăm că activitățile de consiliere psihopedagogică/educațională nu se reduc la cele cu caracter strict formativ de tip școlar, ci cuprind toate influențele și acțiunile cu scop educațional-formativ la care este supus omul pe întreaga durată a vieții sale, și, care au menirea să-i asigure învățarea eficientă și durabilă necesară rezolvării multiplelor și diverselor probleme familiale [1; 3; 7; 8 etc.].

*Dimensiunea pedagogică* este prezentă în orice tip de consiliere: în consilierea psihopedagogică, în psihoterapie, în activitatea de intervenție și asistență psihopedagogică etc. Activitățile specifice fiecărui tip de consiliere, presupun formarea competențelor de autoeducație, învățarea de către beneficiari a unor atitudini și comportamente noi, cu pronunțate valențe adaptative și creativ-inovatoare.

Întrucât, calitatea și eficiența educației sunt în strânsă legătură cu particularitățile psihologice (psihoindividuale și psihosociale, relaționale) ale oamenilor, putem afirma că succesul părinților este determinat de modul în care fiecare din ei transformă influențele educaționale de consiliere în achiziții proprii, cu efecte modelatoare, caracter prospectiv și sistematic în planul formării și dezvoltării personalității întregi a copilului său.

Cercetătorii din domeniul psihopedagogiei [2; 3; 5; 6; 7; 10; 12; 16] consideră că efectul educației, în dezvoltarea și formarea personalității omului este determinat, în mod esențial, de calitatea acesteia, a mediului și de particularitățile sale psihoindividuale. Argument solid în favoarea ideii că, de fapt, *consilierea eficientă este consilierea psihopedagogică cu caracter sistemic*. Ea îmbină, într-un mod optim, aspectele de ordin psihologic cu cele de ordin pedagogic/educațional, într-o viziune și concepție unitară, integrativă, coerentă și consistentă logic, referi-toare la formarea și dezvoltarea personalității umane și, totodată, propune un demers practic-aplicativ de sprijinire, ajutor și îndrumare,

chiar exersare a oamenilor pentru a-i învăța să practice un stil de viață sănătos, să rezolve problemele vieții în mod adecvat și eficient, să obțină confortul psihologic scontat și să se realizeze în plan familial, parental, profesional, adică, social și personal pentru a trăi o viață plină de sens și a se percepe fericit [3; 8].

Orice activitate de consiliere, fie ea *psihologică* (cu varianta sa specifică – psihoterapia); fie *pedagogică, pastorală, spirituală* etc., se dovedește a fi eficientă dacă are la bază un *model psihoeducațional* pri-vind formarea și dezvoltarea personalității umane. Un astfel de model este realist și oportun pentru că îmbină într-o măsură specifică dimensiunea psihologică cu cea pedagogică într-un model explicativ-inter-pretativ și practic-aplicativ de educație și formare a personalității umane cu caracter integru, dezvoltate armonios.

Nivelul optim de funcționare a personalității părinților în familie și societate, este atins atunci când fiecare persoană deține competențe și deprinderi funcționale necesare rezolvării cu succes a problemelor vieții familiale de orice natură, dar, mai cu seamă, a depășirii dificultăților în educația, comunicarea și relaționarea cu copiii lor de orice vârstă. Capacitatea persoanei de a-și menține o stare optimă de sănătate, pentru a face față stresului, problemelor ce apar în viața de familie, în calitate de partener conjugal și părinte; convingerea că va fi eficientă pentru a-și trăi viața, din plin și onest reprezintă indicatorii unei educații armonioase și a unei consilieri psihopedagogice de calitate, realizată profesionist, cu efecte directe asupra autoeducației, adică asupra perfecționării permanente.

### **Caracteristicile esențiale ale consilierii psihopedagogice parentale:**

CPP este un serviciu profesional oferit oamenilor de către persoane competente și calificate numite consilieri (școlari, educaționali în probleme de familie).

*Caracteristicile consilierii psihopedagogice parentale* le-am structurat și le vom elucida într-o manieră esențializată descriptiv-compre-hensivă:

- activitățile de CPP au la bază relația specifică dintre consilier și părinte/părinți, în cadrul căreia, consilierul acordă sprijin și îndrumare acestuia/acestora, pentru ca el să se adapteze la solicitările în ceea ce privește educația, comunicarea și relaționarea cu copilul în cadrul familiei.
- relația de consiliere/relația consilier-părinte presupune o interacțiune pozitivă, respect reciproc și focalizare pe individ, problemele lui sau problemele copilului acestuia.
- în activitățile de consiliere, specialistul acționează ca profesionist și ca om; el oferă atenție, empatie, tact, sprijinindu-l pe părinte în înțelegerea, analiza și interpretarea problemelor cu care acesta se confruntă, motivându-l pentru a le accepta și a căuta soluții adecvate de rezolvare.
- consilierea psihopedagogică parentală este un proces de învățare de către adulți a unor atitudini și comportamente adecvate și eficiente, învățare realizată prin intervenția și cu sprijinul, ajutorul și îndrumarea consilierului.
- rezultatul activităților de CPP îl constituie dobândirea de către părinți a unor competențe, deprinderi și moduri/strategii procedurale necesare luării-executării unor decizii optime în situațiile dificile de educație familială; comunicare și relaționare cu copiii, începând cu vârsta lor fragedă și finalizând cu adolescența și maturitatea acestora.
- CPP ajută părinții să adopte un model/stil de viață sănătos și demn, care le-ar oferi în echilibru psihoemoțional optim, confort psihologic și moral, sentimentul autorealizării, fericirii și al împlinirii personale.

- CPP care include un ansamblu de influențe și acțiuni cu scop formativ și corecțional de tipul influențelor și acțiunilor realizate într-un cadru instituționalizat (în școli, licee, centre și cabinete speciale destinate consilierii părinților etc.) reprezintă *consilierea psihopedagogică formală*.
- *consilierea nonformală*, este realizată în afara instituțiilor cu destinație educațională specială, în variate contexte de viață (sfaturi oferite de colegi, rude, prieteni etc.).

Spectrul activităților de CPP este mult mai larg decât al celor legate direct de instruirea și învățarea de tip școlar sau academic (universitar). Problemele referitoare la: respectarea drepturilor copiilor, adaptarea copiilor/adolescenților la cerințele instituției preșcolare, școlii, liceului, universității; învățarea eficientă și durabilă; orientarea și construirea carierei școlare; integrarea optimă în profesie și în viața socială; depășirea situațiilor de criză în relația cu copiii; soluționarea conflictelor părinți-copii, precum și ale altor probleme specifice comunicării cu copiii și cultura educației acestora – toate acestea intră în aria de preocupări ale consilierului și consilierii psihopedagogice parentale [4; 8]. Consilierea acordată care presupune integrarea acțiunilor valorificate de specialist pentru a orienta formarea-dezvoltarea continuă a personalității părinților; pentru a-i învăța a se comporta în situațiile de criză a copiilor, familiei sale, a preveni apariția unor probleme de educație, de comunicare-relaționare cu aceștia, pentru a-i îndruma în ghidarea copilului ce însușește un nou status social de elev, student etc. – presupune o abordare sistemică și integrativă.

### **Scopurile consilierii psihopedagogice parentale**

Scopurile consilierii psihopedagogice parentale sunt diferențiate în funcție de situația familială concretă, de particularitățile de vârstă, gen, personalitate a părinților; de problemele acestora, care, la rândul lor, diferă în funcție de tipul familiei și specificul dificultăților. Moda-

litățile, metodele, tehnicile și procedeele, de lucru utilizate în consilierea copiilor și a adulților sunt relativ diferite. În cazul adulților, modalitatea principală de consiliere psihopedagogică este *ședința de consiliere*, iar metodele țin mai mult de discuție, conversație, în cadrul cărora este sfătuit, ajutat, sprijinit și îndrumat părintele pentru a-și conștientiza problemele, este încurajat să ia decizii și să-și asume responsabilitatea propriilor schimbări, la nivelul cognițiilor, al emoțiilor și al comportamentelor. În cazul beneficiarilor-copii, lucrurile stau altfel. Responsabilitatea copiilor privind propria lor formare, schimbare adaptativă și dezvoltare este limitată, sarcina valorificării acestora, la nivel optim, revine, în cea mai mare măsură, consilierului. Antrenarea copiilor în activitățile de consiliere psihopedagogică, mai ales, în cele orientate spre soluționarea unor probleme speciale, presupune angajarea lor în activități sub formă de joc, exerciții structurate sau alte activi-tăți cu caracter educativ sau corecțional (desen, pictură, colaj, muzică, sport etc.).

Scopurile consilierii psihopedagogice parentale se pot stabili la mai multe nivele, ceea ce presupune realizarea mai multor tipuri de obiective:

1. *Scopurile fundamentale* sunt acele scopuri ce se proiectează și se valorifică în majoritatea activităților de consiliere psihopedagogică și cu referire la majoritatea părinților.

Pentru soluționarea scopurilor fundamentale, consilierea psihopedagogică se focalizează pe sprijinul, ajutorul și îndrumarea părinților pentru a-i învăța pe adulți: să atingă un nivel optim de corelare a gândurilor, emoțiilor și a comportamentelor; să se accepte așa cum sunt, conștientizându-și capacitățile și potențialul și limitele sale; să se simtă bine, confortabil cu sine însuși, să fie sigur în forțele proprii, să fie optimiști și să gândească pozitiv; să creadă în posibilitatea schimbării sale evolutive, în necesitatea și oportunitatea parcurgerii unor

programe educative de formare și dezvoltare a personalității sale (programe oferite și realizate de către profesioniști în probleme psihopedagogice); să dirijeze starea emoțională, să fie capabili a depăși momentele și stările de criză; să-și modifice atitudinile și conduitele dezadaptative în direcția autodezvoltării și autorealizării personale optime; să ia decizii și să-și asume responsabilitatea pentru acțiunile sale; să-și exprime opțiunile și să ia decizii privind educația, comunicarea/relaționarea cu copiii; să se învețe a ghida copii în orientarea profesională, evoluția în carieră lor școlară; să adopte un stil de viață sănătos, care le va asigura bunăstarea psihologică și funcționalitatea optimă fiecărui membru al familiei (copil și adult).

2. *Scopuri formulate de consilier axate pe preîntâmpinarea unor dificultăți.* Scop și obiective, care au un pronunțat caracter preventiv și asigură formarea, dezvoltarea continuă și optimă a personalității părinților. Ele au la bază presupuzițiile consilierului privind cauzele posibile ale atitudinilor, comportamentelor actuale și/sau viitoare ale adulților sau copiilor. Specialistul stabilește anumite obiective ale activității de consiliere, fundamentându-și decizia pe analiza nevoilor beneficiarilor, pe cunoașterea aprofundată a problemelor acestora, utilizând anumite metode de consiliere cu rol preventiv sau pentru facilitarea schimbării evolutive a acestora. Scopurile stabilite de consilier vizează, în primul rând, grupul familial și mai puțin individul.

*Scopurile consilierii psihopedagogice preventive* stabilite de consilier presupun sprijinul, ajutorul și îndrumarea părinților în următoarele direcții: realizarea autocunoașterii, dezvoltarea stimei de sine, formarea unor atitudini pozitive față de propria persoană, familie, copii; formarea și dezvoltarea unor abilități de relaționare socială și familială, de cooperare și colaborare în rezolvarea unor probleme; dezvoltarea atitudinilor și comportamentelor adecvate, necesare pentru menținerea sănătății psihosomatice tuturor membrilor familiei, însu-

șirea unor tehnici de învățare eficientă și de promovare a unui management familial optim; dezvoltarea capacității de planificare, realizare și monitorizare a acțiunilor și evenimentelor familiale.

3. *Scopurile formulate de părinți și familie.* Scopurile formulate de către părinți, înainte sau chiar în timpul procesului de consiliere psihopedagogică propriu-zisă, pentru îndeplinirea cărora adulții solicită sprijin, ajutor și îndrumare. Atunci când au scopuri precise, clar formulate și asumate de ei înșiși, părinții sunt deosebit de cointeresați să devină competenți și apti pentru a le îndeplini, implicându-se activ și total în activitățile de consiliere psihopedagogică. Părinții sunt dispuși să învețe asiduu, necondiționat. Ei depun eforturi și se angajează hotărât în acțiunile și activitățile educațional-formative conduse [7; 8].

În cazul beneficiarilor-copii, scopurile acestora trebuie abordate de către consilier cu toată seriozitatea și responsabilitatea. Relația de consiliere psihopedagogică a copiilor evoluează pozitiv pe măsură ce copilul capătă încredere în consilier.

Deseori, copilul în preadolescență și adolescență nu dorește ca părinții să-i afle problemele, iar respectarea acestei dorințe constituie o condiție esențială a construirii unei relații pozitive și eficiente de consiliere psihopedagogică. Excepție fac acele situații în care securitatea fizică și psihică sunt amenințate, caz în care părinții trebuie anunțați și avertizați. În asemenea situații, obținerea acordului din partea copilului prin modalități deosebit de abile și delicate ale consilierului de a formula problema, conduce la rezultate mult mai bune decât dacă acest lucru s-ar realiza fără consimțământul copilului. În acest mod el nu are sentimentul că este trădat, ci, dimpotrivă, că activitatea de consiliere psihopedagogică este benefică pentru formarea personalității lui.

4. *Scopurile formulate de părinți pot fi valabile în cazul beneficiarilor-copii.* Părinții solicită adesea ajutorul consilierului pentru

schimbarea atitudinilor și a comportamentelor cotidiene ale copiilor lor, pe care le consideră dificile, inadecvate, ineficiente sau greșite.

Chiar și atunci când părinții nu au copii cu *probleme deosebite*, aceștia doresc ca propriii lor copii să învețe mai bine, să aibă performanțe școlare, să se comporte civilizată, să nu adopte comportamente indezirabile și dăunătoare, să-și construiască o carieră școlară de succes etc.

Prin urmare, scopurile părinților, posibil de atins prin activitățile de consiliere psihopedagogică și pentru care apelează la specialist, sunt orientate spre dezvoltarea optimă a personalității copiilor lor.

Indiferent de nivelul la care sunt stabilite scopurile activităților de consiliere psihopedagogică parentală, trebuie vizat același referențial: *părintele, copilul și problemele lor*. Fie că sunt stabilite la nivel formal, instituțional, ca *scopuri fundamentale*, structurate într-un posibil curriculum pentru consilierea psihopedagogică, sau *scopuri formulate de către consilier*, care transpun în activități concrete concepția și practica adultului (un anumit model de practicare a consilierii psihopedagogice, cu metode și tehnici specifice), fie că sunt expresia solicitării părinților sau a copiilor, obiectivele activităților de consiliere psihopedagogică urmăresc acordarea de sprijin, ajutor și îndrumarea ambilor părinți/părinți și copii la timpul și situația oportună, astfel încât personalitatea lor să se dezvolte și să funcționeze eficient în toate situațiile de viață, actuale sau viitoare.

Dacă acceptăm ideea potrivit căreia consilierea psihopedagogică trebuie să fie orientată, prioritar, spre dezvoltarea optimă a persoanei și spre prevenirea factorilor de risc ce ar putea împiedica acest proces, atunci trebuie să luăm în considerare fortificarea acelor factori și crearea condițiilor ce favorizează schimbările evolutive la nivelul personalității, schimbării, obiectivitate în adaptarea eficientă a perso-



nei la solicitări și în valorificarea plenară a potențialului său intelectual, moral în direcția autorealizării și a împlinirii personale.

În concluzie, contează atât structurarea scopurilor consilierii psihopedagogice, organizarea lor ierarhică, cât și eficiența activităților educațional-formative de dezvoltare a personalității părinților și copiilor.

### ***Consilierea psihopedagogică parentală: o abordare integrativă și sistemică***

Ca activitate specifică, având scopuri determinate, de natură educativ-formativă, *consilierea psihopedagogică* are un anumit conținut și se realizează sub anumite forme în folosul și în beneficiul adulților și copiilor [10].

Încercarea de a promova o imagine cât mai completă, sintetic-integrativă, a consilierii parentale ne-a condus la determinarea a cinci componente esențiale:

- *conținutul activităților de consiliere psihopedagogică parentală*, se referă la *scopurile și domeniile esențiale* ale vieții de familie, creș-tere și educație a copiilor. Activitățile de consiliere psihopedagogică parentală au drept conținut și, implicit, scopuri de a eficientiza: funcționalitatea și dezvoltarea optimă a relației pă-rinți-copii; promovarea sănătății și a stării generale de bine; învă-țarea eficientă și durabilă; adaptarea la exigențele școlii; orien-tarea în cariera școlară; orientarea în profesie; învățarea și valo-rificarea strategiilor de tip *coping* etc.
- *formele consilierii psihopedagogice parentale* includ modalitățile de desfășurare a acesteia, respectiv crearea situațiilor în care este nevoie de acțiuni specifice de consiliere complementară celor instructiv-educative consacrate (instruirea școlară, universitară, formarea și consolidarea competențelor parentale prin cursuri sau stagii specifice).

În concordanță cu această dimensiune, consilierea psihopedagogică integrativă și sistemică îmbracă variate forme și anume:

- consilierea pentru dezvoltare (optimală);
  - consilierea preventivă;
  - consilierea în situații de criză;
  - consilierea remedială.
- *Componenta tehnologică, care include modalitățile de realizare a consilierii psihopedagogice, avându-se în vedere cadrul instituționalizat (mai mult sau mai puțin formal), precum și beneficiarii acestor activități și metodele, procedeele și tehnicile concrete valorificate de specialist.*

Beneficiarii activităților de consiliere psihopedagogică pot fi:

- un părinte (consiliere individuală);
- ambii părinți (consiliere de grup/ a grupului);
- cuplul și/sau familia (consilierea cuplului și/sau consilierea familială);
- bunicii sau alte persoane care suplinesc părinții.

În consens cu scopul consilierii parentale, specificul problemei, a particularităților de vârstă, personalitate, gen, starea sănătății, vom selecta, îmbina și utiliza un **ansamblu de metode**: *conversația, explicația, adunarea și precizarea informațiilor, metafora, interpretarea, reformularea, exercițiul structurat, psihodrama, sociodrama etc.*

- *crearea condițiilor favorabile de realizare a consilierii parentale include un șir de aspecte care necesită o bună ajustare pentru valorificarea unui mediu plăcut, facilitator de relații sincere, deschise, axate pe empatie, încredere și optimism. Aici are mare importanță totul: cultura deontologică a specialistului (etică profesională), susținerea și sprijinirea morală; nonverbalul și paraverbalul; îngăduința și umanismul profund; îmbinarea esteticului, a filosoficului cu realitatea etc.*

- *centrarea pe învățarea strategiilor de depășire a problemelor, situațiilor de criză și a celor de autoperfecționare continuă a calității de părinte/familist. Corelarea optimă a acestor două aspecte va asigura orientarea adulților și copiilor spre autoeducație-autoformare permanentă [4].*

Reunind toate cele cinci componente ale consilierii psihopedagogice parentale într-o concepție sistemică unitar – integrativă, obținem o *structură pentadimensională*.

În următoarele compartimente vom aborda mai pe larg aceste aspecte ale consilierii psihopedagogice.

### ***Consilierea psihopedagogică a copiilor***

Prin natura lor, copiii sunt dependenți de adulți (părinți, educatori, consilieri etc.); ei au nevoie de sprijin, ajutor și îndrumare pentru a învăța și a-și forma personalitatea.

Educația copiilor include nu doar instruirea acestora, ci și consilierea lor pentru a învăța rapid, eficient și durabil, asigurându-le astfel condiții favorabile formării și dezvoltării armonioase a personalității.

Copiii sunt beneficiari ai activităților de consiliere psihopedagogică într-un mod diferit de cel al adulților. Ei au dificultăți de înțelegere, respectare a cerințelor și normelor de conviețuire socială și de adaptare, integrare în activitatea școlară, manifestă dorința de obținere a independenței față de adulți și, frecvent, abordează în discuții sau chiar încalcă intenționat normele sau interdicțiile adulților.

Plecând de la aceste realități, consilierea psihopedagogică a copiiilor include un ansamblu de activități specifice focalizate pe:

- sensibilizarea și formarea copiilor pentru a înțelege necesitatea respectării unor norme și reguli, condiții ale formării și dezvoltării propriei personalități;
- convingerea copiilor pentru a le dezvolta interesul și aspirația, motivația de a învăța continuu;

- sprijinul acordat copiilor pentru a însuși modalități, metode și tehnici de învățare eficientă, durabilă și pentru a preveni dificultățile acestora în procesul de învățare;
- orientarea copiilor/adolescenților în alegerea studiilor și a filierei de învățare a profesiei;
- construirea unei imagini de sine adecvate și a unei stime de sine realiste;
- soluționarea și preîntâmpinarea unor probleme personale.

Specificul consilierii psihopedagogice a copiilor reiese din particularitățile de vârstă a copiilor. Aceștia sunt în plin proces de formare a personalității, parcurg anumite perioade de creștere și se confruntă cu unele *crize* (de exemplu, criza de identitate la adolescenți), au probleme de autocontrol comportamental și de adaptare la cerințe, norme și reguli etc. Pornind de la aceste realități, consilierii pentru copii trebuie să posede și competențe specifice ca:

- capacitatea de a stabili relații adecvate cu copilul, bazată pe încrederea acestuia că poate primi sprijinul solicitat;
- capacitatea de observare atentă a copilului și ascultarea lui activă;
- atragerea copilului în activități specifice, inclusiv prin utilizarea jocului, exercițiului structurat ca modalități de educație, corecție și de schimbare evolutivă;
- încurajarea copilului pentru a exprima sincer gândurile și emoțiile.

În special, la vârsta copilăriei mici, modalitățile principale de consiliere psihopedagogică o constituie exercițiul și jocul. Folosit cu dibăcie de consilieri, în diverse forme și strategii de desfășurare, jocul constituie mijlocul de manifestare a posibilităților și potențelor copilului sub toate aspectele personalității lui și, totodată reprezintă principala modalitate de învățare. Pedagogia și didactica jocului trebuie să fie valorificate cu pricepere de către consilieri, deoarece jocul este metoda ce contribuie la asigurarea dezvoltării optime a personalității copilului.

## ***Consilierea psihopedagogică a adulților***

*Adulții și problemele cu care se confruntă în calitate de părinte.*

Când vorbim despre adult, avem drept referențial o persoană matură, cu anumite capacități și competențe, în stare să adopte, în mod liber și independent, să ia decizii privind propria viață și educație a copiilor în cadrul familiei.

Adulții se confruntă, deseori, cu probleme și situații multiple în care trebuie să ia decizii raționale și adecvate pentru sine și pentru copii.

Dificultățile adulților sunt probleme referitoare la:

- creșterea și educația copiilor;
- comunicarea și relația copii-părinți;
- învățarea și formarea continuă;
- profesie, carieră, loc de muncă;
- ascensiunea profesională și socială;
- familie(calitatea de familist și părinte);
- locuință și confort personal (bunuri materiale);
- viață socială (statut și rol în comunitate, prieteni etc.);
- timp liber, vacanțe, proiecte personale etc.

Consilierea psihopedagogică a adulților în calitate de părinte trebuie focalizată pe ajutorul, sprijinul și îndrumarea acestora pentru a soluționa la un nivel optim problemele legate de nașterea, îngrijirea și educația copiilor.

*Ce trebuie să știe consilierii pentru adulți?*

Pentru a obține rezultate pozitive în activitatea lor, consilierii trebuie să fie conștienți de faptul că adulții:

- învață altfel decât copiii;
- sunt preocupați nu numai de problemele familiei, ci și de evoluția sa în carieră, inclusiv de ascensiunea socială;
- doresc să-și asigure o viață confortabilă pentru ei și familiile lor;
- sunt preocupați de educația și îndrumarea eficientă a copiilor săi;

- deseori motivația intrinsecă este mult mai mare decât la copii. *Învățarea autodirijată.*

Necesitatea continuării duratei învățării dincolo de vârsta adolescenței, abordează problema specificului educației și al învățării la vârsta adultă, adică presupune trecerea de la modelul pedagogic de instruire/ învățare la cel andragogic.

Modelul andragogic al educației și formării se caracterizează printr-o mai mare flexibilitate și adaptabilitate la cerințele, nevoile și aspirațiile adulților. El are la bază următoarele idei cu valoare de principii orientative centrate pe [17].

- a) *respectarea personalității și independența adulților.* Pe măsura maturizării lor, oamenii devin din ce în ce mai independenți, mai capabili să-și direcționeze viața, să ia decizii și să-și asume responsabilități;
- b) *axarea pe experiența adulților.* Adulții au acumulat experiență de viață și au achiziționat cunoștințe și competențe de autodezvoltare care constituie o resursă importantă pentru realizarea învățării și pentru formarea lor continuă;
- c) *centrarea pe dorința adulților de progres în carieră și de ascensiune socială.* Adulții sunt dispuși să se angajeze în activități de instruire-învățare atunci când, doresc să progreseze în carieră și să obțină un statut social mai înalt, conștientizează că au nevoie să-și aprofundeze cunoștințele și competențele;
- d) *asigurarea unei învățări ca rezolvare de probleme prin elaborarea strategiilor proprii.* Învățarea la adulți este focalizată pe rezolvarea de probleme și elaborarea strategiilor. Adulții sunt realiști și urmăresc scopuri concrete;
- e) *axarea pe motivația intrinsecă a adulților pentru învățare.* Dorința de a poseda anumite competențe, de a se realiza ca personalitate, de a progresa în carieră, în viața de familie și de a

obține recunoaștere socială a valorii lor sunt motive dominante ale învățării la adulți. Aceste dorințe îi determină pe adulți să se angajeze în activități de învățare pe tot parcursul vieții.

Învățarea specifică adulților este *învățarea autodirijată/self-directed learning*. Potrivit lui M. Knowles [20], învățarea autodirijată *reprezintă un proces în care inițiativa o dețin indivizii, cu sau fără ajutorul altora, referitor la diagnosticarea propriilor nevoi de învățare, la formularea scopurilor învățării, la identificarea resurselor umane și materiale ale învățării, la alegerea și implementarea unor strategii de învățare adecvate, la evaluarea rezultatelor învățării*. Independența și propriul calcul în opțiuni și decizii a adultului privind activitățile de învățare și formare profesională, formare în îndeplinirea funcțiilor de familist și părinte conferă învățării autodirijate un specific propriu.

Sintetizând ideile lui M. Knowles [20] și dezvoltându-le, H. Siebert [2001], propune câteva teze esențiale cu privire la învățătura autodirijată a părinților:

- Conceptul *învățării autodirijate* este diferit de cel al pedagogiei normative. În procesul învățării, *adulții învață să ia decizii și să răspundă pentru decizia luată*. Consilierii, formatori care lucrează cu părinții nu mai prescriu norme rigide, ci doar îi ajută pe cei care învață să caute argumente pentru deciziile sale, procedând într-o manieră constructivistă. Pedagogia cognitiv-constructivistă și sistemică asigură construirea și valorificarea propriei cunoașteri și învățări prin intermediul strategiilor de tip metacognitiv.
- *Învățarea autodirijată pune accentul pe însușirea, și nu pe transmiterea cunoștințelor*. Focalizarea învățării pe cel ce învață, pe nevoile, posibilitățile și aspirațiile lui face ca însușirea de cunoștințe și dobândirea de capacități și competențe să fie privită ca o autorealizare a acestuia. Din această perspectivă, părintele este *un subiect diferențiat și nu unul deficitar*. Rămâne la decizia

adultului care va fi problemă ce va fi adresată consilierului și pe care o va soluționa independent.

- *Învățarea autodirijată are o determinare biografică și una familială.* Fiecare persoană are o individualitate proprie, o anumită structură de personalitate care se reflectă în modul și stilul de învățare și desigur ca în viața familie sale. Procesul realizării învățării părinților are o pronunțată determinare biografică și familială. Există o realitate concretă și o anumită „biograficitate” în funcționarea gândirii și realizării învățării pentru rolul social de părinte și familist.
- *Învățarea autodirijată a părinților este o activitate bazată pe autoresponsabilizare.* Oamenii învață numai dacă își doresc acest lucru. În plus, ei decid, fiecare pentru sine, ce conținuturi prezintă o importanță majoră pentru optimizarea funcțiilor familiale. Provocările vieții sunt multe și variate. Adultul este cel care decide ce și cum va învăța.

Autoperfecționarea prin învățarea autodirijată consolidează și asigură *confortul familial și personal* al adultului și al copilului.

Adulții sunt persoane responsabile care au obligații sociale și familiale multiple. Ei sunt preocupați nu numai de propria persoană și carieră, ci și de educația copiilor, siguranța și confortul membrilor familiei lor și a rudelor apropiate.

Uneori, adulții au probleme în acest domeniu, fapt care necesită sprijinul și îndrumarea consilierului). Astfel de probleme ar putea fi cele referitoare la:

- relațiile cu membrii familiei, inclusiv cu copiii;
- conflictele cu soția/soțul, eventual divorțul;
- problemele strict personale, inclusiv de ordin sentimental;
- dificultăți în educația copiilor etc.;
- probleme de comunicare și relaționare cu rudele;



- dificultățile de colaborare cu instituția de învățământ frecventată de copil (cadrele didactice, manageri etc.);
- conflictele interioare și crizele de personalitate;
- conflictele interpersonale la serviciu etc.

Astfel de probleme pot constitui obiectul activității de consiliere psihopedagogică a adulților. De calitatea soluționării acestor probleme depinde eficiența adultului în calitate de familist și părinte.

Consilierea adulților este o dimensiune a educației comprehensive cu caracter prospectiv, desfășurată pe tot parcursul vieții individului.

### **Activități de învățare:**

1. *Identificați și caracterizați dimensiunile consilierii psihopedagogice parentale.*
2. *Elaborați o agendă de consiliere a părinților centrată pe învățarea autodirijată.*
3. *Interpretați valorificarea principiilor CPP.*
4. *Elaborați o schemă generală care ar elucida abordarea integrativă a CPP.*

## Tema 2

# CONSILIEREA PĂRINȚILOR ÎN CONTEXTUL FORMĂRII CULTURII ȘI EFICIENȚEI PERSONALE. AUTOPERFECȚIONAREA ȘI CONSOLIDAREA COMPETENȚELOR PARENTALE

| OBIECTIVE DE REFERINȚĂ  | CONȚINUTURI   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să identifice specificul și condițiile programării neurolingvistice;</li><li>• să determine componentele culturii parentale;</li><li>• să elaboreze o strategie de auto-perfecționare pentru părinți;</li><li>• să evalueze eficiența personală a părinților.</li></ul> | Eficiența personală și eficiența parentală. Programarea neurolingvistică ca suport teoretic în CPP. Formarea culturii și eficienței personale a părinților în contextul CPP. Autoperfecționarea și consolidarea competențelor parentale |

### REPERE TEORETICE:

#### **Eficiența personală a părinților prin prisma programării neurolingvistice**

Oamenii sunt diferiți, unii sunt eficienți în activitatea profesională, alții în cadrul familiei. Stă în puterea noastră să ne sporim eficiența și eficacitatea personală, atât ca profesioniști cât și în calitate de părinți. Programarea neurolingvistică (NRL) ne oferă suportul teoretic și modalitățile de acțiune prin care putem realiza acest deziderat.

Programarea neurolingvistică este o orientare psihologică inițiată de **John Grinder** (lingvist) și **Richard Bandler** (psiholog), care și-au propus să stabilească:

- a) paternurile obținerii eficienței în diverse domenii de activitate;
- b) modalitățile practice prin care oamenii pot deveni mai eficienți în activitățile desfășurate [Apud 8].

Premisele programării neurolingvistice (premise care dau denumirea acestei orientări psihologice) sunt:

- orice fapt psihic/proces, trăire, stare etc. are la bază mecanisme *neurologice*;
- *limbajul* are un rol esențial în structurarea gândurilor/ limbajul intern și în comunicare/limbajul extern;
- putem alege modalitatea de organizare a gândurilor și emoțiilor și să programăm acțiunile pentru a obține rezultatele dorite.

J.O. Connor și J. Seymour definesc programarea neurolingvistică drept *arta și știința eficienței personale sau studiul a ceea ce face diferența dintre excelent și mediocru* [Apud 8].

În cele ce urmează vom prezenta ***principiile fundamentale ale programării neurolingvistice***, precizând modul în care aplicarea acestora poate conduce la eficiență în activitatea de autoperfecționare și consolidare a competențelor parentale.

***În primul rând, orice problemă trebuie definită în termeni de rezultate concrete așteptate și dorite.***

Acest fapt determină persoana să obțină anumite rezultate și o mobilizează să utilizeze toate resursele disponibile, să depună efort moral-volitiv pentru a-și atinge scopurile. Dacă obiectivele ce urmează a fi realizate sunt formulate precis, în termeni pozitivi, ținându-se cont de specificul situației concrete, atunci există șanse mai mari ca ele să fie îndeplinite de individ.

***Modul în care părintele percepe, înțelege și evaluează realitatea influențează definirea problemei cu care acesta se confruntă.***

Realitatea este una concretă, există în mod obiectiv, dar modul în care o percepem, o cunoaștem este diferit de la o persoană la alta, astfel încât fiecare părinte își construiește *realitatea lui*. Cunoașterea realității obiective din cadrul familiei, presupune valorificarea experienței subiective a fiecărui membru a acesteia. Experiența subiectivă depinde de ideile, concepțiile, valorile, moștenirile educaționale, familiale și sociale ale persoanei. Această constatare i-a condus pe reprezentanții programării neurolingvistice la formularea principiului: ***harta nu e același lucru cu teritoriul. Realitatea obiectivă este teritoriul, iar cunoașterea acestuia presupune alcătuirea unei hărți care valorifică experiența subiectivă a persoanei, experiență care se constituie ca un filtru ce mediază relația persoanei cu lumea în care trăiește.*** În contextul vizat pot fi aplicate variate metode și tehnici în consilierea parentală, ca de exemplu: elaborarea hărților conceptuale; scalei de valori/priorități valorice, schemelor relaționale familiale, întocmirea fișei responsabilităților familiale; elaborarea autoportretului, a imaginii copilului; agendelor, portofoliilor de ghidare a unor aspecte ale vieții de familie.

***Omul poate face tot ceea ce este omeneste posibil, acest principiu evidențiază, pe de o parte, încrederea persoanei în propriile sale posibilități, iar pe de altă parte, arată concordanța dintre posibilitățile ei și realismul scopurilor propuse. Este greu de presupus că cineva care pornește la drum cu credință, nu-și va realiza scopul. Reprezentanții programării neurolingvistice au exprimat conținutul acestui principiu în forma: *dacă cineva în lumea asta poate face un lucru și eu pot face acel lucru.****

Să reținem că ***în spatele oricărui comportament uman există o intenție inconștientă pozitivă.*** Omul, desigur și părintele, dispune de

resursele necesare pentru a se realiza și a se autoîmplini ca personalitate. Inconștient, intențiile sale sunt orientate pozitiv spre autoperfecționare, autodezvoltare și mai puțin spre eșec, boală, autodistrugere. Consilierea psihopedagogică parentală trebuie să valorifice intențiile pozitive ale adultului, ajutându-l să le conștientizeze și să le materializeze în comportamente adecvate, optime, eficiente, axându-se pe ideea că este responsabil de formarea armonioasă a personalității copilului său.

***Pentru obținerea eficienței în activitatea amplă de formare a unei personalități demne, întrebările de tipul „cum” sunt mai utile decât întrebările de tipul „de ce”?***

Părinții care se întreabă cum să procedeze pentru a rezolva o problemă sunt preocupați de găsirea modalităților care îi vor conduce la obținerea succesului. Părinții care întreabă „de ce”, se orientează în direcția obținerii unor motive, cauze, justificări.

Un alt principiu important este formulat astfel: ***în comunicare, înțelesul unui mesaj este condiționat de răspunsul primit.***

Decodificarea unui mesaj primit de la un emițător depinde de filtrele subiective ale destinatarului, active, în acel moment. Destinatarul nu răspunde mesajului emițătorului, ci imaginii sale despre mesaj, ceea ce el a înțeles; la rândul său, răspunsul destinatarului este înțeles de către emițător (aflat acum în ipostaza de destinatar) în funcție de filtrele sale subiective.

Merită să fie reținut principiul: ***nu există eșecuri, ci numai feedbackuri.***

Părinții învață a ieși din orice situație, atât din cele care le-au adus succese, cât și din cele în care au comis greșeli, înregistrând eșecuri. Dintr-o situație de eșec, omul învață cum nu trebuie procedat pentru a nu mai înregistra eșecuri. Un indiciu al inteligenței parentale

este a învăța din propriile greșeli și din greșelile altor părinți, știind să preîntâmpine situațiile care ar conduce la obținerea succeselor. Așadar, un eșec este și el un feedback, numai că de altă natură.

Formarea unor competențe și deprinderi parentale eficiente presupune respectarea acestor principii. Consilierea parentală privind formarea și consolidarea competențelor parentale urmărește abilitatea beneficiarilor cu modalități de rezolvare optimă a problemelor de educare și relaționare cu copiii săi prin valorificarea potențialului de care dispun. Din perspectiva programării neurolingvistice, relația de consiliere psihopedagogică presupune existența unei legături de rezonanță empatică între consilier și adult sau copil, bazată pe încredere și securitate psihologică. Părintele învață să-și modifice comportamentul, să acționeze eficient, în măsura în care: între el și consilier se creează o punte de legătură bazată pe rezonanța empatică și respect reciproc (situație care în programarea neurolingvistică este denumită *pacing*); modificările comportamentului consilierului sunt urmate de modificări corespunzătoare în comportamentul părintelui (situație denumită în programarea neurolingvistică *leading*).

În concluzie, precizăm două strategii importante în formarea culturii și eficienței personale a părinților:

- consilierea părinților axată pe formarea culturii și eficienței lor trebuie să fie îmbinată cu consilierea privind formarea deprinderilor de viață a copiilor, care trebuie să facă parte integrantă din programele de consiliere psihopedagogică, desfășurate în școală sau în afara acesteia. Dacă scopul fundamental al educației îl constituie pregătirea elevului pentru viață, atunci formarea deprinderilor de a face față solicitărilor vieții trebuie să reprezinte preocuparea dominantă a educatorilor.

- consilierea părinților și a copiilor privind autoperfecționarea și formarea deprinderilor de viață este un obiectiv esențial al consilierii pentru dezvoltare. Ea ajută oamenii să învețe cum să se adapteze cerințelor vieții, să devină satisfăcuți, se obțină un tonus și un optimism ce le conferă sentimentul autorealizării și al autoîmplinirii.

### **Activități de învățare:**

1. *Cercetați și stabiliți condițiile programării neurolingvistice în CPP.*
2. *Evaluați eficiența personală a părinților dvs.*
3. *Elaborați un program de autoperfecționare pentru părinți (identificați scopul, obiectivele și strategiile).*
4. *Elaborați un studiu de caz prin care puteți demonstra eficiența parentală.*
5. *Elaborați un studiu de caz și stabiliți aspectele ineficienței parentale.*

### Tema 3

## PROCESUL DE CONSILIERE PSIHOPEDAGOGICĂ A PĂRINȚILOR ȘI RESPECTAREA DEONTOLOGIEI PROFESIONALE

| OBIECTIVE DE REFERINȚĂ  | CONȚINUTURI   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să caracterizeze procesul consilierii parentale;</li><li>• să analizeze etapele CPP în contextul schimbării evolutive a persoanei consiliate;</li><li>• să elaboreze programe de consiliere a părinților în variate situații.</li></ul> | Procesul consilierii parentale. Etapele CPP. Elementele constitutive ale consilierii psihopedagogice parentale și funcționalitatea acestora în schimbarea atitudinilor și conduitei parentale. Deontologia profesională: condiții, norme, principii. Spirala schimbării evolutive a persoanei consiliate. |

#### REPERE TEORETICE:

#### Etapele procesului de consiliere parentală

Consilierea psihopedagogică este un proces complex ce pre-supune parcurgerea mai multor etape. Acestea sunt: 1) *stabilirea unei legături specifice cu părintele și lumea sa*; 2) *invitația la conversație ad-resată părintelui și încurajarea acestuia „să-și spună povestea”*; 3) *ascultarea activă a părintelui și observarea manifestărilor acestuia*; 4) *clarificarea (identificarea, definirea) problemelor părintelui*; 5) *asigurarea creșterii gradului de conștientizare de către părinte a problemelor sale și identificarea modalităților de rezolvare a acestora*; 6) *confruntarea părintelui cu propriile credințe și convingeri care reprezintă surse de*



rezistență la schimbare; 7) analiza soluțiilor alternative posibile și adop-tarea unei decizii; 8) facilitarea activă a schimbării evolutive; 9) expe-rimentarea și exersarea noilor comportamente; 10) funcționarea adap-tativă optimă.

În continuare detaliem etapele CPP:

1) *Stabilirea unei legături specifice cu părintele și cu lumea sa*

Pentru a fi eficient, *consilierul trebuie să gândească problemele părintelui împreună cu acesta* și să evite, pe cât e posibil, să gândească pentru părinte sau „în locul părintelui”.

Relația de consiliere presupune o legătură specifică între consilier și „lumea părintelui”. Consilierul și părintele își focalizează activitatea pe identificarea problemelor părintelui și pe definirea adecvată a acestora. El „negociază” sensul și semnificația faptelor și a evenimentelor prezentate de părinte, în limitele unor reguli ale discuției și consilierii. Prin modul cum definește problemele, cum își exprimă gândurile și sentimentele, așteptările și credințele, părintele și consilierul construiesc o lume aparte, care pune baza referențialului schimbării persoanei consiliate.

Lumea părintelui este o lume construită, care exprimă viziunea acestuia despre realitate. Schimbarea evolutivă a părintelui în scopul adaptării eficiente la realitate presupune schimbarea „lumii acestuia”, a modului propriu lui de a percepe și de a gândi realitatea. Deseori, soluția problemelor cu care se confruntă părintele constă în schim-barea modului în care concepe și gândește acesta realitatea.

2) *Invitația la conversație adresată părintelui*

Sarcina principală a consilierului este stabilirea unei relații apropiate cu părintele și implicarea acestuia în procesul rezolvării problemelor lui. În acest sens, consilierul trebuie să-l determine pe părinte să vorbească, „să-și spună povestea”. Cea mai bună modalitate de a-l determina să-și prezinte problema este invitația de a vorbi, prin

folosirea întrebărilor deschise. Întrebările deschise conferă părintelui o mai mare libertate de exprimare și, în consecință, constituie un bun prilej pentru consilieri de a pătrunde în lumea acestuia, de a descoperi semnificațiile gândurilor, trăirilor și faptelor adultului.

### *3) Ascultarea activă și observarea manifestărilor părintelui*

Ascultarea activă a părintelui este un indiciu al atenției acordate acestuia și problemelor sale și, în același timp, este o încurajare a părintelui să vorbească. Acesta abordează subiectele pe care consilierul dorește să le afle și este capabil să le asculte. Ascultarea activă se poate realiza în măsura în care consilierul manifestă competențe necesare pentru: stabilirea unui contact vizual cu părintele; utilizarea limbajului corporal adecvat; urmărirea mesajului verbal, nonverbal și paraverbal al părintelui; decodificarea acestora și realizarea încurajărilor minimale.

### *4) Clarificarea problemelor părintelui*

Asistarea părintelui, acordarea atenției cuvenite și ascultarea activă sunt condiții esențiale pentru stabilirea unei relații bazate pe încredere. În acest context, părintele este ajutat să-și clarifice problemele cu care se confruntă, să le circumscrie adecvat și să le exploreze în profunzime. Consilierul ajută părintele să înțeleagă și să explice problemele utilizând tehnici de analiză, reformulare; resemnificare; interpretare.

### ***Reformularea***

Pentru a ajuta părintele să-și clarifice și să înțeleagă mai bine problemele cu care se confruntă, consilierul folosește ***tehnica reformulării***. A reformula, menționează **I. Dafinoiu**, *înseamnă a spune cu alți termeni, într-o manieră mai concisă sau mai explicită, ceea ce părintele a exprimat*. O reformulare este corect efectuată și devine eficientă doar în măsura în care întrunește acordul celui căruia îi este adresată” [5, p.125] În procesul consilierii, reformularea ideilor exprimate de părinte implică o reflecție critică din partea consilierului, cu acordul beneficiarului, care știe cel mai bine ceea ce simte și ceea ce vrea să spună.

**R. Mucchielli** (1994) evidențiază *trei procedee* [Apud 5; 8, p.82], principale ale realizării reformulării:

- a) *Reformularea-reflectare* – consilierul reia o secvență importantă a discursului părintelui sau repetă ultimele cuvinte ale acestuia. Așa, consilierul îi dovedește părintelui că îl ascultă cu atenție, că i-a înțeles mesajul și că este implicat în gândirea problemelor împreună cu acesta. Uneori, reformularea ia forma unei *reflectări-ecou* (consilierul reproduce exact ceea ce a spus părintele, folosind cuvintele acestuia), alteori *reformularea* se realizează *în alți termeni*, considerați echivalenți. Un mod mai complex de reformulare este *rezumatul* sau *sumarizarea*.
- b) *Reformularea ca inversare a raportului figură – fond*. Părintele este provocat să „vadă lucrurile” dintr-o altă perspectivă. De multe ori, oamenii rămân prizonieri a unui anumit punct de vedere, devenind inflexibili, incapabili de a gândi lucrurile dintr-o altă perspectivă. Inversarea raportului figură-fond poate provoca trăiri afective intense, uneori contradictorii. Dacă acest procedeu este utilizat cu pricepere, poate determina părintele să întrevadă și alte posibilități de a înțelege realitatea și de a aborda problemele [8], provocând *insightul* sau *catharsisul*.
- c) *Reformularea –clarificare*. Este tipul cel mai complex, și cel mai dificil de reformulare. Consilierul evidențiază *esența și sensul* mesajului părintelui.

Obiectul reflectării poate fi: conținutul ideilor, trăirile afective, stările emoționale și sentimentele părintelui.

Conținutul de idei al discursului părintelui este reflectat și reformulat de consilier prin *parafrizare și sumarizare*.

*Parafrizarea* constă în reformularea celor spuse de părinte, consilierul utilizând cuvinte și expresii proprii, adecvate și echivalente semantic, pentru a sintetiza și explica conținutul de idei ale părintelui, metodele și strategiile aplicate în educația copiilor.

*Sumarizarea* constă în exprimarea succintă, realizată de consilier a gândurilor și emoțiilor beneficiarului. Sumarizarea reprezintă o formulare concisă și esențializată a unui conținut divers și vast. Ea ajută părintele să-și facă ordine în gânduri, oferindu-i o imagine mai clară a conținutului de idei și trăiri, precum și o viziune de ansamblu asupra problemelor și conduitei sale.

### ***Resemnificarea***

*Resemnificarea* presupune „schimbarea contextului conceptual și/sau emoțional al unei situații sau al perspectivei din care ea este trăită, plasând-o într-un alt cadru, care corespunde la fel de bine sau chiar mai bine faptelor” (Watylawick, Weakland și Fisch, 1975, *apud* Dafinoiu, 2000, p.129). Prin recadrarea unei situații sau chiar a unui comportament se schimbă semnificația acestora. Resemnificarea îi permite consilierului să indice noi piste și poziții de abordare a problemelor părintelui și să-l conducă spre analiza și evaluarea lor.

Prin desemnificare, problemele nu dispar, dar se schimbă viziunea părintelui asupra acestora, existând posibilitatea abordării lor diferite și, în consecință, probabilitatea soluționării eficiente. Prin desemnificare și recadraj, părintele este ajutat să învețe noi moduri de abordare și soluționare a problemelor sale.

Resemnificarea se poate realiza prin: a) *recadrarea conținutului*, respectiv conferirea unei conotații pozitive faptelor, evenimentelor, gândurilor și trăirilor; și b) *recadrarea contextului*, convingerea părintelui că este necesar să-și modifice atitudinile comportamentale, care au devenit ineficiente și dezadaptative, întrucât contextul valoric sau cel spațio-temporal s-a schimbat.

### ***Interpretarea***

Interpretarea constă în explicarea și înțelegerea de către părinte a semnificației ideilor, atitudinilor și comportamentelor sale. Interpretarea presupune reflecție, atât din partea consilierului, cât și din partea

adultului, într-un parteneriat bazat pe încrederea în capacitatea părintelui de autocunoaștere și înțelegere profundă a propriilor probleme, urmate de dorința și voința acestuia de a găsi căi și mijloace de rezolvare adecvată a lor.

5) *Asigurarea conștientizării de către părinte a problemelor sale și a modalităților de soluționare a acestora.* Consilierul ajută părintele să-și spună povestea, să prezinte deschis, problemele cu care se confruntă. Asistența specializată provoacă adultul să conștientizeze problema, aspectele ei, cauzele apariției acesteia.

Importantă este crearea unui mediu securizant și confortabil, în care părintele ajutat de consilier, să se exprime liber, fără reticențe. Prin tehnica asigurării unei conversații eficiente, părintele ajunge să fie conștient de propriile capacități și limite, să se accepte așa cum este, să gândească pozitiv și să se angajeze într-un proces de schimbare evolutivă.

6) *Confruntarea părintelui cu propriile credințe și convingeri ca surse de rezistență la schimbare*

De multe ori, credințele și deprinderile greșite ale părintelui devin obstacole în schimbarea evolutivă vizată de consiliere. Credințele și convingerile beneficiarului s-au format în timp, din rațiuni adaptative. Pe măsura schimbării condițiilor obiective, părintele trebuie să-și modifice atitudinile și comportamentele. În acest context, părintele împreună cu consilierul mai precizează și analizează, credințele vechi pentru a-și constitui repere noi.

Rezistența se referă la dificultățile, în general inconștiente și, uneori, dificil de adus în câmpul conștiinței, pe care părintele le mani-festă în procesul consilierii. Dificultățile generate de experiențele ante-rioare dureroase trăite de acesta și care i-au provocat anxietate și disconfort, la fel, se identifică și se analizează, pot fi interpretate și sumarizate.

Consilierul poate sesiza manifestarea rezistențelor părintelui atunci când acesta refuză să vorbească despre anumite lucruri pentru

că-i provoacă neplăcere, anxietate, sau o face într-un mod care trădează neliniște și disconfort psihic. Părintele refuză să conștientizeze anumite dorințe și tendințe inconștiente, deoarece odată ajunse în conștiință, nu pot fi acceptate, cel puțin la început, pentru că nu sunt înțelese.

De fapt, nu ignoranța sau nerecunoașterea propriilor probleme, ci rezistențele îl împiedică pe părinte să-și înțeleagă dificultățile. Ajuns într-un anumit blocaj în care părintele manifestă rezistență, consilierul trebuie să-l ajute să depășească această stare, determinându-l să realizeze cunoașterea de sine și dezvoltarea unor atitudini pozitive față de propria persoană.

Consilierul trebuie să permită părintelui ale cărui credințe și convingeri opun rezistență la schimbarea adaptativă și/sau evolutivă să nu vorbească despre problemele sale dureroase. Uneori, este tentant pentru consilier să exercite presiuni asupra părintelui pentru continuarea discuției referitoare la problemele dureroase ale acestuia, dar asta ar putea conduce la creșterea anxietății părintelui și chiar la un blocaj comunicațional. Dacă refuzul persistă, consilierul poate schimba strategia, utilizând procedee care să-l determine pe adult să continue să-și spună povestea în direcția sugerată de consilier.

*7) Analiza soluțiilor alternativelor posibile și adoptarea unei decizii* Întotdeauna, o problemă are mai multe soluții.

Sarcina consilierului constă în a ajuta și îndruma părintele să identifice mai multe căi de soluționare a problemelor, prin multiplicarea perspectivelor de abordare a acestora, urmată de analiza lor comparativă și luarea unei decizii. Alegerea unei variante rezolutive se face pe baza analizei relației beneficiu-cost, opțiunea părintelui fiind pentru soluția cea mai avantajoasă din punctul său de vedere.

*8) Facilitarea activă a schimbării evolutive a părintelui*

Soluția aleasă presupune, de multe ori, schimbarea modului de a gândi și de a acționa al părintelui. Acest lucru nu se realizează de la

sine, ci presupune sprijinirea, ajutorarea și îndrumarea părintelui pentru a-și depăși rezistențele și a proceda altfel decât până acum. Schimbarea de sine a părintelui poate fi realizată fără dificultăți majore, printr-o *facilitare activă a acestui proces*, în care consilierul încurajează, susține și orientează părintele pentru a înțelege mai bine problemele și a acționa mai eficient în direcția rezolvării acestora (evident că prin intermediul variatelor metode și strategii).

#### 9) *Experimentarea și exersarea noilor comportamente*

Procesul de consiliere psihopedagogică este un proces de învățare asistat și îndrumat de consilier. Un mod nou de a gândi și de a proceda, un comportament achiziționat prin învățare, pentru a deveni funcționale, trebuie experimentate și exersate astfel încât părintele să le stăpânească suficient de bine pentru a le pune în practică și pentru a se simți confortabil. Părintele are nevoie de suport și de feedback, astfel încât să se convingă că noile proceduri și comportamente îl conduc spre o rezolvare adecvată a problemelor.

#### 10) *Funcționalitatea adaptativă optimă a părintelui*

După ce a învățat cum să procedeze pentru a-și rezolva problemele, părintele trebuie să *transfere cele învățate în viața cotidiană*, să le aplice în situațiile reale, fără a fi asistat și îndrumat permanent de către consilier. Părintele trebuie să aibă sentimentul că poate face față solicitărilor diverse ale vieții și că acțiunile sale funcționează optim.

Chiar dacă funcționalitatea optimă a propriei personalități este, pentru părinte, o necesitate, iar pentru consilier finalitatea activității sale, acest lucru nu este simplu și nici ușor de obținut. Uneori, procesul consilierii psihopedagogice are drept rezultat percepția părintelui că poate funcționa eficient, adaptându-se fără dificultăți majore cerințelor vieții, dar nu întotdeauna se formează și credința, convingerea acestuia că va fi în stare să rezolve toate tipurile de probleme. O monitorizare a părintelui și un suport pentru a dobândi astfel de credințe și convingeri

sunt necesare pentru finalizarea de succes a procesului consilierii psihopedagogice.

### **Spirala schimbării evolutive a persoanei**

Consilierea psihopedagogică parentală are drept finalitate *schimbarea adultului*. *Schimbarea evolutivă* a acestuia, în sensul adaptării mai eficiente la solicitările vieții familiale și a educației copiilor, al obținerii unui nivel optim de funcționalitate a personalității în calitate de părinte, însoțit de confort psihologic, de o stare generală de bine și de sentimentul fericirii (optimism, încredere în forțele proprii, realizare profesională și socială etc.). Imaginea schimbării evolutive a părintelui este cea a unei *spirale* cu un traseu, care, evident că începe cu apariția unor distorsiuni și disfuncționalități generatoare de disconfort psihic, fapt care determină părintele să apeleze la serviciile de consiliere psiho-pedagogică. Aceasta continuă cu parcurgerea unui program de sprijin, ajutor și îndrumare a adultului de către consilier și se finalizează prin dobândirea de către părinte a unei funcționalități personale optime, ca urmare a învățării unor comportamente adaptative și inovatoare adecvate situațional și aducătoare de satisfacții [8, p.86-87].

În cadrul procesului de consiliere psihopedagogică, părintele poate manifesta rezistență la schimbare, atitudini defensive, de evitare a confruntării cu unele dintre problemele sale. În acest caz, consilierul trebuie să schimbe mijloacele, tehnicile și procedeele de consiliere psihopedagogică, astfel încât să ajute părintele să realizeze schimbarea de sine. De multe ori, în procesul consilierii psihopedagogice, ca proces focalizat pe anumite obiective și desfășurat după un program bine stabilit, pot apărea noi probleme, care dezvoltă dificultățile, conflictele și incongruențele intrapersonale ale părintelui. Rezolvarea lor este necesară pentru ca procesul schimbării de sine să fie real și în favoarea acestuia, plus de toate, consilierea parentală este considerată eficientă atunci, când părintele devine centrat pe autoperfecționare continuă.



## **Aspecte de ordin aplicativ/tehnologic de realizare a consilierii parentale**

Procesul consilierii psihopedagogice, înțeles ca un proces de schimbare evolutivă a părintelui, cu ajutorul și cu îndrumarea consilierului, presupune anumite competențe la nivel aplicativ. Astfel de abilități se dobândesc în perioada formării inițiale a consilierilor, dar ele trebuie să se dezvolte și să se optimizeze permanent.

Intervenția consilierului trebuie să fie eficientă, să nu dăuneze beneficiarului, ci să-l ajute să depășească problemele cu care acesta se confruntă în procesul vieții de familie și a educației copilului, inclusiv, în cariera personală.

Competențele cu caracter aplicativ se dezvoltă în baza cunoștințelor, aptitudinilor și exersării permanente.

*Indispensabil necesare sunt competențele de intervenție în situații de criză.*

În situații de criză, oamenii se comportă diferit decât în mod obișnuit. De aceea, consilierul trebuie să știe cum să se comporte și să procedeze cu astfel de persoane. Aici facem câteva recomandări, aderând la concepția lui **Scott T. Meier** (1989).

*Capacitatea și competența de a păstra controlul asupra situației complicate care se află părintele*

Reușita consilierii în situații de criză depinde de abilitatea consilierului de a controla situația, procedând cu calm și stăpânire de sine la sprijinirea părintelui pentru a ieși din această stare. Un consilier impresionabil și incapabil de autocontrol este mai puțin eficient.

*Competența de a stabili cine este adevărata persoană care are nevoie de ajutor*

Părinții pot apela la serviciile unui consilier cerându-i sprijinul pentru a putea ajuta copilul, soțul, soția, să depășească starea de criză în care se află. Cel ce solicită sprijin poate fi agitat, îngrijorat, astfel încât consilierul poate crede că acesta are nevoie de ajutor. Uneori, cel care

cere sprijin pentru a-și ajuta copilul are el însuși nevoie de consiliere, fie chiar pentru a nu induce celui alt spaimă, panică, frică, dezamăgirea. A stabili cine este adevăratul beneficiar este o condiție a reușitei consilierului în activitatea sa.

*Sprijinul pe aspectele pozitive și formarea gândirii pozitive, a atitudinii pozitive față de viață*

Aspectele pozitive ale părintelui și ale situației în care acesta se află pot constitui un sprijin important pentru construirea de către consilier a unei punți de legătură între problemele acestuia și modalitățile de soluționare a cazului, oferite sau sugerate de consilier.

*Competența de mobilizare a resurselor sociale*

Familia, școala, prietenii constituie un suport social pentru părinți, ajutorul acestora deseori poate fi salvator. Cei apropiați beneficiarului pot suferi un *șoc emoțional* când acesta intră în criză. Restabilirea echilibrului emoțional a persoanelor apropiate părinților este premisa constituirii lor drept suport social pentru ieșirea din criză a acestora sau a copilului. Sugestia consilierului pentru ca familia și prietenii să fie alături de părinte sau copil, aflat în stare de criză, este modalitatea cea mai potrivită de a-i oferi acestuia sprijinul necesar reabilitării și redobândirii echilibrului funcțional al propriei personalități.

*Consilierul trebuie să acorde atenție particularităților de vârstă, gen și etnie a persoanelor pe care le consiliază*

Atitudinile discriminatorii, tratarea diferențiată a părinților și copiilor în funcție de gen și de etnie nu sunt benefice pentru activitatea de consiliere psihopedagogică. Uneori, neîncrederea și atitudinea rezervată a beneficiarului față de genul și etnia consilierului pot afecta procesul schimbării evolutive a acestuia; pot diminua încrederea în eficiența consilierii psihopedagogice, în general. De aceea, consilierii trebuie să se comporte ca niște profesioniști, fără prejudecăți, să insuflă acest sentiment și persoanelor cu care lucrează.

### *Deschidere maximă spre consilierea familială și de grup*

Consilierii au unele rezerve în a consilia familii sau grupurile familiale. Consideră acest gen de activități mult mai pretențioase și mai inconfortabile. Totodată, de multe ori, ei constată că rezolvarea problemelor unui părinte sau copil face necesară consilierea familiei acestora sau a unui grup familial care include și alte rude (bunici, nași, unchi etc.). Dificultățile legate de interacțiune și de comunicare pot constitui cauzele problemelor cu care se confruntă părinții și/sau copiii. Remedierea acestor disfuncționalități se poate realiza prin activități specifice de consiliere familială și/sau consiliere de grup.

*Consilierul trebuie să fie atent la deteriorarea comportamentului beneficiarilor*

Procesul consilierii poate conduce, uneori, la schimbarea neadecvată a beneficiarului. Aspecte de ordin negativ în comportarea beneficiarilor apar, cel mai frecvent, în fazele de început ale procesului de consiliere. Părinții se simt inconfortabil, mai ales, când se confruntă cu propriile convingeri și credințe, orientate negativ și manifestate sub forma unei neîncrederi în consilier și a unor rezerve față de eficiența activității acestuia. De aceea, comportamentul unor beneficiari poate indica, mai degrabă, o deteriorare adaptativă decât o schimbare ameliorativă evolutivă. Consilierii perseverenți și competenți construiesc cu grijă o relație cu părintele sau copilul, astfel încât să conducă la sprijinirea acestuia în vederea adaptării la solicitări și a schimbării atitudinii și a comportamentului.

*Consilierul manifestă interes pentru cercetări în domeniul consilierii și justifică/explică ceea ce face*

Consilierea eficientă este o artă fundamentată științific. Numai consilierii preocupați de asimilarea rezultatelor cercetării științifice în domeniu devin eficienți, pot adopta modalități, proceduri și tehnici noi care ar conduce la schimbarea evolutivă a personalității consiliate.

Consilierii notează adesea modul cum procedează în diferite situații. Uneori chiar înregistrează intervenția realizării în cadrul activităților de consiliere. Acest fapt are consecințe justificative: îi dovedește părintelui sau copilului, că activitatea de consiliere are o fundamentare științifică, se desfășoară în conformitate cu anumite principii, norme și legi, se supune unor standarde de ordin moral și deontologic și evidențiază traseul parcurs de beneficiar în procesul desfășurării consilierii psihopedagogice [1; 4; 5; 8; 12; 14; 15; 18].

### **Unele aspecte de deontologie și competență profesională**

Întrucât suntem cointeresați în rezolvarea eficientă și favorabilă a problemelor părinților, consilierea psihopedagogică trebuie să se desfășoare într-un anumit stil, să se supună unor principii, reguli, norme deontologice și să includă metode, procedee și tehnici de lucru adecvate problemelor acestora.

*Consilierul eficient* este acela care:

- gândește pozitiv și abordează beneficiarul și problemele acestuia cu atenție, răbdare, binevoitor;
- empatizează cu beneficiarul;
- face evaluări psihologice ale părintelui, în scopul adaptării demersului de consiliere psihopedagogică la particularitățile acestuia și cazul concret;
- se străduie să cunoască / înțeleagă modul cum gândește, simte și acționează / se comportă beneficiarul;
- anticipează reacțiile părintelui la autoconștientizarea și autodezvăluirea gândurilor, sentimentelor etc.;
- se angajează să sprijine și să îndrume beneficiarul în procesul schimbării evolutive a acestuia.

În activitatea lor, consilierii, mai ales cei începători, trebuie să manifeste anumite precauții, încercând să preîntâmpine și să nu dea

curs unor supoziții greșite. Conștientizarea unor astfel de supoziții este primul pas în realizarea unei consilieri eficiente.

*Să reținem, că schimbarea evolutivă a unei persoane este un proces complex și de durată care nu poate fi realizat decât cu efort și implicare din partea persoanei în cauză și cu sprijinul, ajutorul și îndrumarea oferită de consilier.*

Modul de a gândi și de a se comporta al omului este determinat de mulți factori obiectivi și subiectivi, psihologici și sociali, astfel încât a-l schimba înseamnă intervenții și acțiuni competente, sistematice și sistemice.

Este necesar ca părintele și consilierul să înțeleagă că schimbarea evolutivă a unei persoane presupune răbdare, încredere în capacitățile și disponibilitățile omului de a-și modifica modul de a gândi și de a acționa.

### **Activități de învățare:**

- 1. Analizați procesul consilierii parentale*
- 2. Determinați schimbarea evolutivă a unei persoane consiliate în calitate de părinte.*
- 3. Elaborați 3-4 programe de consiliere a părinților/familiei în variate situații, cu delimitarea principiilor deontologice.*

## Tema 4

### CONSILIEREA PREVENTIVĂ A PĂRINȚILOR

| OBIECTIVE DE REFERINȚĂ  | CONȚINUTURI   |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să identifice particularitățile consilierii preventive ale părinților;</li><li>• să determine factorii de protecție și cei de risc în cadrul relației copii – părinți și educația copiilor;</li><li>• să elaboreze strategii și tehnologii de consiliere preventivă a părinților și copiilor.</li></ul> | Consilierea preventivă a părinților. Rolul proactiv al CPP. Factorii de protecție și factorii de risc. Consilierea preventivă a adulților. Consilierea preventivă a copiilor și adolescenților. Autocontrolul emoțiilor și <i>managementul stresului</i> . Mecanisme de <i>coping</i> și conduita parentală. Inteligența emoțională și reușita în viață și viața familială. |

#### REPERE TEORETICE:

#### Consilierea psihopedagogică preventivă

Modalitatea cea mai eficientă și cea mai umană de a construi propria viață constă în a o proteja, a păstra și consolida sănătatea fizică și psihică; a preveni apariția unor disfuncționalități, tulburări sau boli. În categoria acțiunilor preventive se înscrie și consilierea psihopedagogică a părinților și copiilor.

Consilierea preventivă este un *tip de consiliere menită să preîntâmpine apariția unor probleme sau situații critice în viața oamenilor*. Ea are rol *proactiv*, încercând să pregătească oamenii/ copiii, părinții să știe cum să procedeze în diverse situații de viață, previzibile sau nu, și cum să-și gestioneze adecvat emoțiile pentru a face față cu succes variatelor solicitări. Problemele referitoare la educația pentru sănătate, la adoptarea unui stil de viață sănătos, la alegerea carierei, la evitarea

și/sau preîntâmpinarea unor pericole potențiale (cauzate de consumul de alcool, tutun, droguri, de violență și abuzuri etc.) constituie obiectul consilierii preventive.

Consilierea cu rol de prevenție include activități educațional-formative realizate cu grupuri de beneficiari (familii, părinți, clase de elevi, grupuri de studenți, grupuri de adulți etc.) și, uneori, se desfășoară în mod individual.

### **Consilierea preventivă a copiilor și adolescenților**

Copilăria și adolescența sunt perioade de vârstă dinamice și pline de surprize. Totodată, copiii și adolescenții pot fi influențați de un șir de factori nocivi/de risc care distorsionează conduita copiilor și tinerilor.

Specialiștii din domeniul consilierii psihopedagogice trebuie să cunoască *factorii de protecție a copiilor și adolescenților* ce se referă la:

- existența unei familii care să întrețină, să educe copilul și să le asigure confortul fizic și psihic optim;
- dezvoltarea psihofizică și o stare de sănătate bună;
- achiziționarea și valorificarea unor deprinderi și abilități educaționale (de învățare, de relaționare, de autocontrol etc.);
- realizări și performanțe școlare, cel puțin, de nivel mediu (în raport cu posibilitățile copilului/adolescentului);
- identificarea și sprijinirea dezvoltării aptitudinilor generale și a talentelor speciale (muzicale, artistice, sportive etc.);
- existența unui grup de referință acceptat și de părinți;
- implicarea în activitățile școlare nonformale și în cele ale grupului de referință (cluburi, echipe, organizații, competenții, ateliere de formare etc.);
- relațiile pozitive, empatică cu adulții responsabili, afectuoși și centrate pe succes;
- experiențele pozitive și eventualele activități, inclusiv, de muncă, realizate în timpul vacanțelor;

- abilitățile de relaționare socială interpersonală;
- relațiile pozitive cu colegii și cu partenerii de sex opus.

Acțiunea acestor factori asigură o protecție bună copiilor și adolescenților, contribuind la prevenirea unor disfuncționalități și dezechilibre în dezvoltarea personalității lor, care se pot manifesta în comportamente dezadaptative, indezirabile și chiar deviante.

*Factorii de risc* ce influențează viața *copiilor și adolescenților* și conduc la eventuale distorsiuni a personalității. În această categorie sunt incluși următorii factori:

- disfuncțiile familiale (conflicte, violențe, divorțul părinților etc.);
- supravegherea neadecvată realizată autoritar de către părinți (coercitivă sau permisivă);
- neglijențele sau abuzurile față de copii;
- sărăcia sau resursele materiale și financiare precare a familiei;
- eventualele boli (mentale) ale părinților și/sau comportamentele neadecvate ale acestora (alcoolism, consum de droguri etc.);
- mediul extrașcolar viciat (pericole, violență, devieri comportamentale etc.);
- problemele cronice de sănătate și/sau invaliditățile. Dezabilitățile copiilor;
- problemele și dificultățile de învățare;
- capacitatea slabă de concentrare, hiperactivitatea, autocontrolul insuficient; impulsivitatea, lipsa culturii comportamentale etc.;
- respingerea din partea colegilor, izolarea;
- includerea într-o bandă/gașcă cu impact antisocial;
- consumul de alcool, tutun și chiar droguri;
- părăsirea domiciliului și, eventual, abandonul școlar;
- promiscuitatea sexuală (prostituție, viol, incest etc.);
- delincvența juvenilă [8; 14; 15; 19; 20].



În ansamblu, *consilierea preventivă* presupune *potențarea factorilor de protecție și diminuarea, până la anularea acțiunii factorilor nocivi/de risc*, care influențează direct viața și activitatea copiilor și adolescenților. În acest sens, consilierea preventivă este o educație cu valențe formative. Ea este menită să ajute și să sprijine activitatea educatorilor, a profesorilor și a părinților pentru a realiza dezvoltarea optimă, la nivel de calitate și eficiență a copiilor și adolescenților.

### **Consilierea preventivă a adulților**

*Consilierea preventivă a adulților* este diferită de consilierea copiilor și a adolescenților.

Cu toate că adulții sunt persoane mature, capabile de a judeca lucrurile și de a lua decizii responsabile, au și ei nevoie de ajutor, sprijin și îndrumare în anumite situații de viață. La adulți, consilierea preventivă se focalizează pe învățarea de către aceștia a unor strategii, modalități, tehnici și procedee referitoare la:

- autocontrolul emoțiilor și managementul stresului;
- dezvoltarea unor competențe și deprinderi de organizare a unui mod sănătos de viață.

#### ***Autocontrolul emoțiilor și managementul stresului***

Rolul emoțiilor, al afectivității, în general, în viața oamenilor este fundamental. Ele energizează, stimulează și direcționează activitatea cognitivă și practică, atitudinile și comportamentul omului. Acțiunea lor poate fi *pozitivă* (de mobilizare, susținere energetică etc.) sau *negativă* (demoralizare, apatie, dezangajare etc.). Indiferent de rolul lor, *emoțiile pot fi controlate, iar acțiunea lor transformată într-un factor adaptativ și de dezvoltare personală a individului.*

Controlul propriilor emoții și trăiri afective presupune, în esență, controlul modului de relaționare cu mediul, de comunicare și interacțiune cu ceilalți, de explorare a resurselor fiziologice și psihologice proprii în scopul adaptării la realitate, al dezvoltării personale și al

obținerii de satisfacții, în organizarea și menținerea unui confort psihologic adecvat [3].

Gestionarea energiei trăirilor emoționale în sensul valorificării ei în direcția dezvoltării persoanei este un indiciu al *inteligenței emoționale a acesteia*.

Autocontrolul emoțiilor se poate realiza în două planuri:

- *în plan individual*: controlul comportamentului verbal-viscero-motoriu; constituirea mecanismelor de apărare a Eu-lui;
- *în plan social*: învățarea unor reguli de relaționare afectivă (feeling rules), adeziunea la un anumit ethos afectiv.

*Autocontrolul individual al emoțiilor*

*Organizarea verbo-viscero-motorie și autocontrolul emoțiilor*

Ideea potrivit căreia personalitatea umană este o unitate integrativă a trei planuri: *cognitiv* (gândire), *afectiv* (simțire) și *comportamental* (fapte, acte, reacții) nu este nouă. Astfel, **J.B. Watson** formula încă în 1926 opinia conform căreia: comportamentul este *organizarea integ-rală* a trei nivele/planuri: *planul manual/motricitatea, planul visce-ral/variații electrodermale, reflexul psihogalvanic etc. și planul verbal/ modul de comunicare*.

Din concepția watsoniană, poate fi preluată ideea că *autocontrolul emoțiilor* presupune *punerea în funcție a unor mecanisme psihice complexe care integrează gândirea și limbajul, motricitatea* (mișcare și comportament) și *visceralitatea* (emoționalitatea în sens restrâns).

Fiecare persoană reacționează în cele trei planuri: verbal, visceral și comportamental (motoriu), însă în moduri diferite și activând mecanismele psihice care privilegiază un plan sau altul. Unii oameni privilegiază cuvântul, alții sunt reactivi sub aspect motric, unii au mai puține reacții viscerale (emoționale); alții au foarte multe. Vorbirea și gesturile au deseori un efect de frânare asupra reacțiilor vegetative emoționale.

Cu toate acestea, *autocontrolul adecvat al emoțiilor* este realizat printr-o *organizare verbo-viscero-motorie bună* [3], numită *sinergie a activităților cognitive* (modul de a gândi și exprimarea adecvată a gândurilor în limbaj), vegetative (modificări corporale, somatice) și motorii (comportamentală), ce conduce la autocontrolul emoțiilor și la focalizarea energiei acestora spre relaționarea adecvată cu mediul și dezvoltarea optimă a personalității individului.

#### *Mecanismele de apărare și autocontrol al emoțiilor*

Pentru a se proteja de exigențele *Supra-eului* (de solicitările normative ale societății), individul pune în funcție mecanismele de apărare a Eu-lui. Ele sunt folosite pentru a evita aspectele neplăcute ale trăirilor subiective ale persoanei, precum: culpabilitatea, rușinea, dezgustul, frica, panica, angoasa, anxietatea – care pot fi generate de conflictul dintre dorințe și modalitățile de satisfacere a acestora. Societatea cere ca toate emoțiile și trăirile afective ale oamenilor să fie temperate în manifestările lor atitudinal-comportamentale, impunând un anumit cod al acestora.

Punerea în funcție a mecanismelor de apărare a Eu-lui nu este valabilă numai în cazuri patologice, ci reprezintă o modalitate folosită de toți oamenii care conștientizează faptul că trebuie să-și controleze emoțiile dovedind astfel că dispun de inteligență emoțională.

*Mecanismele de autocontrol individual al emoțiilor, mai frecvent valorificate sunt:*

- *mecanismele de descărcare*: vorbirea tare, repede, eventual, țipete;
- *mecanismele represive*: efort de stăpânire a vocii, a gesturilor, de utilizare adecvată a cuvintelor;
- *mecanismele cognitive*, de decentrare-recentrare pe alte gânduri prin raționalizare, justificare, anticiparea unor soluții eficiente;
- *mecanisme relaționale*: suport social, împărtășirea emoțiilor, empatizare, fapt care are efecte securizante asupra persoanei.

*În contextul dat o mare importanță are controlul social al emoțiilor*

*Controlul social al emoțiilor se referă la gestionarea acestora prin mecanisme sociale, adică instituirea unor norme și reguli de manifestare a emoțiilor în public. Modul în care persoana își exprimă emoțiile în concordanță cu anumite principii, reguli, norme sociale, în conformitate cu anumite coduri emoționale, este un indicator al culturii umane.*

Orice societate controlează manifestările pulsionale (îndeosebi, sexualitatea) și impune o anumită modalitate de exprimare și manifestare a emoțiilor, atât în public, cât și în particular.

Mecanismele sociale de control al emoțiilor oamenilor protejează individul, neafectându-i demnitatea și nefăcându-l să se rușineze ca urmare a aprobării, respectiv, a dezaprobării celorlalți. Fiecare persoană ține la imaginea sa publică, dorind să producă celorlalți o anumită impresie despre sine. Situația ideală ar fi aceea a concordanței depline dintre trăirile emoționale subiective, expresia lor comportamentală și impresia produsă asupra celorlalți. Codurile emoționale sunt aplicate direct asupra expresiilor emoționale și indirect asupra trăirilor personale [3, p.121].

În procesul socializării individului, realizat în special de familie și de școală, se transmit și codurile emoționale ale comunității, adică acele norme culturale ce reglementează manifestarea emoțională a membrilor săi.

### ***Managementul stresului***

În unele situații, controlul emoțiilor este dificil, persoana nu reușește să le gestioneze adecvat, astfel încât să se adapteze optim la solicitări și să se simtă confortabil. Insuficiența *mecanismelor de apărare* sau *de adaptare* conduce la *anxietate, angoasă și stres*.

*Anxietatea este teamă fără obiect, o stare de neliniște însoțită de tensiune psihică, agitație, iritabilitate și simptome somatice specifice. Ea*

este generată de sentimentul unui pericol difuz, vag, cu represiuni și fobii cu privire la existența persoanei.

Specialistul trebuie să facă distincție între: *anxietate-stare* și *anxietate-trăsătură*.

*Anxietate-stare* comportă următoarele caracteristici:

- emoționalitatea negativă (frică, spaimă, panică);
- anticipările pesimiste ale evenimentelor;
- capacitate insuficientă de concentrare și de relaxare, mecanisme slabe de *coping* ale persoanei;
- manifestările motorii și o anumită hiperactivitate a sistemului nervos vegetativ, inclusiv manifestările psihice de iritabilitate.

*Anxietatea ca trăsătură* este percepută ca fiind *dispoziția persoanei de a avea stări frecvente de anxietate accentuată*. Ea este asimilată cu *anxietatea cronică*, întâlnită la anumite persoane. Persoanele anxioase sunt mult mai vulnerabile la stres decât cele care nu sunt predispuse la stări de anxietate.

*Angoasa este senzația persoanei de indispoziție profundă, caracterizată prin neliniște extremă și frică irațională, cu manifestări somatice pregnante*. Frica irațională acutizată conduce la agravarea și intensificarea anxietății [10].

Majoritatea autorilor sunt de acord că *anxietatea și angoasa sunt două fațete* (una psihologică – anxietatea și alta somatică – angoasa) *ale aceleiași stări, ale aceleiași trăiri a subiectului* [3; 5; 8; 15 etc.].

Stresul este un fenomen psihosocial complex, *care decurge din confruntarea persoanei cu sarcini și solicitări percepute și evaluate de aceasta ca fiind dificile și presante și pe care crede că nu le poate rezolva cu succes*.

Starea (subiectivă) de stres rezultă din interacțiunea și confruntarea a trei elemente:

- factorii generatori de stres/factori stresori;
- resursele persoanei de a face față factorilor generatori de stres;

- reacțiile specifice ale persoanei la stres.

*Factorii de stres sunt evenimente și situații dificile, externe sau interne, care solicită persoana să se adapteze cerințelor lor.*

Stresul face parte din viața noastră. Nu numai situațiile percepute ca fiind dificile sunt generatoare de stres, ci orice situație nouă care necesită o reacție adaptativă. Există *stres pozitiv*, numit **eustres**, care este tonifiant, în sensul că cere persoanei să fie activă, să se implice în rezolvarea problemelor, și *stres negativ* **distres**, cel care este trăit de persoană drept ceva ce produce disconfort, neliniște, anxietate, angoasă, panică și frică.

Chiar și evenimentele fericite (călătoriile, căsătoria, avansările în post etc.) pot genera stres/eustres. Activitățile ludice sau sportive, aventurile și riscurile asumate conștient de către individ pot determina stresul pozitiv. Micile satisfacții și micile neazuri ale vieții cotidiene pot fi producătoare de stres. De aceea se spune că viața fără stres înseamnă moarte.

Așadar, evenimentele vieții cotidiene, dar și problemele majore cu care se confruntă omul sunt sau pot deveni factori de stres. *Nocivitatea* lor este diferită, în funcție de măsura *agresării* fizice și/sau psihice a persoanei.

*Suportabilitatea stresului este diferită de la o persoană la alta, în funcție de sănătate, tipul sistemului nervos și de suportul moral și social de care beneficiază.*

**Managementul stresului** presupune *gestionarea adecvată*: a) a stresului cotidian și b) a stresului generat de problemele dificile, cu rol major în viața omului.

*Stresul cotidian* este generat de micile neazuri și de micile satisfacții ale vieții de zi cu zi. El afectează, într-un fel sau altul, în special, adulții și mai puțin copiii, care nu au atâtea sarcini de rezolvat și responsabilități majore.

*Micile satisfacții generatoare de eustres* sunt legate de:

- relațiile bune cu partenerul/partenera, iubitul/iubita și cu prietenii;
- îndeplinirea unor obligații și aprecierile făcute de alții (șefi, colegi etc.);
- starea de sănătate bună;
- somnul bun, odihnitor;
- petrecerea zilelor de odihnă (o masă bună în aer liber, mișcare, relaxare);
- vizitele și schimbările de mesaje (direct, prin telefon, prin e-mail);
- starea de confort psihic trăit acasă;
- timpul petrecut în familie.

Desigur, modul în care factorii stresori *agresează* individul diferă de la o persoană la alta, în funcție de petrecerea și evaluarea situației de către fiecare.

Gestionarea stresului cotidian presupune autocontrolul situațiilor generatoare de eustres și distres moderat, acceptabil.

În acest scop sunt utilizate metode, tehnici și procedee menite să asigure funcționalitatea normală, optimă a persoanei. Astfel, *relaxarea și destinderea corporală, meditația și exercițiile de imaginație* (care deconectează individul de preocupările majore zilnice și-l antrenează în controlarea reprezentărilor, gândurilor), *mișcarea și terapia prin mișcare* (dans, sport etc.), care produc descărcarea tensională și revitalizarea organismului; *procedeele autocalmante, artterapia* (muzica, croșetarea, pictura, desenul etc.), *suportul social* (relațiile interpersonale amicale, relațiile intime satisfăcătoare) sunt modalități eficiente de a controla stresul, de a oferi *rația de afectivitate* și de confort, satisfacție de care omul are nevoie. Există și procedee ineficiente de autocontrol al stresului, precum consumul de tutun, alcool, tranchilizante, care

sustrag și duc în eroare persoana, fiind extrem de dăunătoare pentru sănătatea ei.

Managementul stresului major/al distresului presupune abilitarea persoanei (prin învățare și training adecvat) să-și gestioneze și să-și controleze emoțiile și reacțiile în situații de solicitare intensă și de durată, percepute ca fiind foarte dificil de rezolvat.

În esență, un *management adecvat al stresului* [1] presupune:

- a) *informarea oamenilor despre stres;*
- b) *conștientizarea reacțiilor la stres;*
- c) *dezvoltarea și consolidarea stimei de sine;*
- d) *dobândirea-învățarea unor abilități, competențe și moduri procedurale pentru a asigura succesul;*
- e) *suportul moral și social adecvat;*
- f) *gestionarea eficientă a timpului;*
- g) *dezvoltarea competențelor și deprinderilor unui mod de viață sănătos)*

În contextul vizat, consilierul trebuie să cunoască și să învețe persoana, *mecanismele de coping*

Confruntându-se cu situații stresante, omul își dezvoltă mecanisme specifice prin care face față stresului. Acestea sunt mecanismele care acționează, fie *preventiv* (în sensul modificării sau al anihilării efectelor negative ale unei situații viitoare), fie *adaptativ* (în direcția reducerii distresului dacă acesta a fost deja indus). *Mecanismele de prevenție și adaptare la stres sunt cunoscute în literatura de specialitate sub noțiunea de coping*. Termen introdus în limbajul psihologic de către **A.A. Lazarus** [11], *coping-ul* desemnează *orice mecanism de prevenție și adaptare la stres, orice tranzacție între subiect și mediu în vederea reducerii intensității stresului* (Miclea, 1997, p.5). Mecanismele de *coping* sunt mai generale decât cele de adaptare care sugerează *conviețuirea cu stresul*. *Coping-ul* include toate modalitățile de gestio-



nare a stresului: a) *controlul stresorului* (*controlul pericolului, controlul instrumental, controlul stimulului*) și b) *controlul reacției la stres* (*controlul friciei, controlul decizional sau controlul cognitiv*) (Apud Miclea, 1997).

În opinia lui **M. Miclea** (1997), mecanismele de *coping* pot fi grupate în trei mari categorii:

- mecanisme comportamentale;
- mecanisme cognitive;
- mecanisme biochimice.

*Coping-ul comportamental* include toate comportamentele care au funcția de a preveni sau a reduce reacția la stres [Apud 8].

*Mecanismele cognitive de coping* se referă la mecanismele psihice implicate în învățarea, procesarea informației și formarea noilor cogniții, astfel, încât să se obțină diminuarea reacției la stres.

*Mecanismele neurobiologice de coping* se referă la *controlul reacțiilor biochimice la modificările neurochimice și hormonale ale organismului uman în condiții generate de stres*. Avem în vedere, reacțiile biochimice distructive, produse de expunerea la stres. Acestea pot fi generate spontan de către organism, ca reacție de apărare (de exemplu, o secreție de endorfine) sau învățarea și practicarea de către subiect a unor tehnici de relaxare (antrenamentul autogen, hipnoza, biofeed-backul etc.). Toate produc o anumită descărcare și relaxare a persoanei.

Valorificarea mecanismelor de *coping* presupune luarea în considerație a dimensiunii: *confruntare-evitare* și *analiza vectorului acțiunii acestuia*. *Confruntarea* constă în *orientarea strategiilor comportamentale, cognitive și neurobiologice spre stresor, iar evitarea* constă în *orientarea acestor strategii spre preîntâmpinarea confruntării cu stresorul, spre eludarea acestuia sau evadarea din situația stresantă*. Modalitățile de *coping* utilizate de persoană au tendința de a face față stresului în ambele ipostaze, fie confruntându-se cu situațiile stresante,

fie, dimpotrivă, evitându-le sau diminuându-le importanța și forța de inducere a stresului/distresului.

Așadar, *coping-ul comportamental* se referă la comportamentele preventive și de adaptare la stres, *coping-ul cognitiv* se referă la mecanismele de procesare și gândire/reconstruire a informației în scopul reducerii distresului, iar *coping-ul neurobiologic*, se orientează la procedeele de optimizare a parametrilor biochimici perturbați de situația stresantă.

Mecanismele de *coping*, cu toate componentele lor, sunt menite să confere persoanei modalitățile și instrumentele necesare de a gestiona adecvat stresul, în sensul diminuării distresului și al potențării eustresului, astfel încât aceasta să trăiască stări de confort psihologic, automulțumire, satisfacție, fericire [10].

În concluzie, consilierea preventivă a părinților are un scop educațional de formare și cultivare a adulților în direcția organizării și menținerii unui climat familial favorabil educației optime a copiilor. Evident că aceste competențe țin de dirijarea rațională a modului de viață și educație a copiilor în cadrul familiei, inclusiv, de învățare a modalităților de care presupun: *coping* autodirijare, autoeducație și autocontrol.

### **Activități de învățare:**

1. *Concretizați specificul și modalitățile consilierii preventive ale părinților*
2. *Identificarea factorilor de protecție și celor de risc în relația copii-părinți și educația familială a copiilor.*
3. *Elaborați variate strategii și tehnologii de consiliere preventivă a părinților centrate pe învățarea mecanismelor de tip coping.*

## Tema 5

### CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ PENTRU DEZVOLTAREA PĂRINȚILOR

| Obiective de referință   | Conținuturi  |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să analizeze coordonatele și conținutul dezvoltării umane și a dezvoltării părinților;</li><li>• să stabilească factorii și mecanismele dezvoltării psihice umane;</li><li>• să elaboreze programe de consiliere a părinților destinate dezvoltării armonioase a personalității lor în contextul funcționalității cognitive și a perspectivei ecologice.</li></ul> | Coordonatele și conținutul dezvoltării umane. Dezvoltarea părinților în contextul educației și consilierii acestora. Consilierea părinților pentru dezvoltare. Factorii și mecanismele dezvoltării psihice umane. Modelul structural-dinamic de abordare a personalității umane. Funcționalitatea cognitivă și eficiența dezvoltării persoanei în calitate de familist și părinte. Dezvoltarea armonioasă a personalității și valorificarea potențialului psihoindividual al persoanei în contextul culturii parentale. Conceptul de sine și dezvoltare optimă a părinților pentru promovarea unui mod demn și sănătos de viață. |

#### REPERE TEORETICE:

##### **Consilierea psihopedagogică pentru dezvoltare a părinților**

Consilierea cu rol de dezvoltare se focalizează pe *sprijinul, ajutorul și îndrumarea părinților pentru formarea și dezvoltarea personalității acestora*. Ea are drept scop fundamental creșterea și dezvoltarea sănătoasă, optimă a oamenilor, indiferent de vârstă și stadiul de evoluție a personalității, astfel încât să facă față cu succes

solicitărilor și să obțină satisfacții și confort psihologic. Eficiența consilierii pentru dezvoltare depinde de gradul în care activitățile specifice de ajutor, sprijin și îndrumare sunt adaptate particularităților de vârstă și individuale ale părinților.

### **Coordonatele esențiale ale dezvoltării umane**

În general, *dezvoltarea umană* este abordată ca *un ansamblu de schimbări/transformații calitative, cu sens predominant ascendent*. Fenomenologic, dezvoltarea umană este procesul trecerii de la simplu la compus, de la vechi la nou, de la inferior la superior, proces care se obiectivează într-o succesiune ordonată de faze, etape, stadii, fiecare având particularități specifice.

Există mai multe *nivele ale dezvoltării umane*:

- *nivel biologic* – procesul de creștere și maturizare fizică, morfofiziologică și biochimică a organismului uman, în ansamblul său și al subsistemelor sale;
- *nivel psihic* – constituirea și perfecționarea continuă a structurilor și mecanismelor psihice implicate în realizarea cunoașterii și a relaționării optime cu mediul în scop adaptativ, transformativ – creator de condiții pentru realizarea omului ca personalitate;
- *nivel social* – reglarea conduitei omului în raport cu normele, regulile și valorile sociale și culturale, cu modelele comportamentale elaborate și instituite de societate.

Dezvoltarea psihică este componenta esențială a dezvoltării umane, produs și rezultat al intersectării acțiunii factorilor biologici cu cei sociali. Acest proces este unitar și conține dezvoltarea psihoindividuală în context social-cultural determinant, care implică atât creșterea și maturizarea organismului uman, cât și formarea, evoluția personalității ca unitate a Eului individual și a celui social.

În esență *dezvoltarea psihică umană* este un proces de constituire și reelaborare continuă a unor structuri și mecanisme psihocomportamentale, care se sprijină pe premise biologice, ereditare; își extrage conținuturile din influențele mediului sociocultural; este ghidat de activități educaționale specifice și presupune activități de învățare realizate individual și/sau în grup.

În acest context, este acceptată ideea că *dezvoltarea psihică umană este continuă, realizându-se pe tot parcursul vieții individului*. Chiar dacă se înregistrează ritmuri mai accelerate și transformări evidente în copilărie și adolescență, totuși și la vârsta adultă se constată schimbări și transformări care oferă conținuturi noi dezvoltării psihice specifice vârstei date. Unele capacități și însușiri psihice se diminuează, altele se mențin la un șir de parametri constanți, iar altele pot înregistra progrese, fie prin compensare, fie prin reorganizare și restructurare [1; 8], fie prin autoperecționare.

### **Modelul structural-sistemic și relațional-dinamic de abordare a personalității umane**

Am arătat că *modelul optim de abordare a personalității umane, a structurii și dezvoltării ei este Modelul structural-sistemic și relațional-dinamic* [8, p.127].

Un astfel de model realizează o sinteză integrativă între perspectiva psihologică (intrapersonală) și cea psihosocială (relațională, interpersonală), între abordarea structurală și cea dinamic-procesuală. Coordonatele esențiale ale acestui model sunt următoarele:

- a) *persoana dispune, la un moment a numit, de mecanisme psihice structurate într-un ansamblu unitar și coerent (sistem), care-i conferă identitate psihoindividuală, o personalitate și un Eu inconfundabil*. Prin intermediul acestor mecanisme psihi-ce, persoana realizează cunoașterea și relaționarea cu mediul existențial;

- b) *mediul (fizic și social) în care trăiește persoana este în continuă schimbare, solicitând ca aceasta să răspundă provocărilor prin transformări adaptative și creativ-inovative;*
- c) *mediul existențial al individului este un spațiu de viață personalizat, circumscris de cognițiile și trăirile acestuia. Raportarea la mediu pune în funcțiune constructele personale (Kelly) ale acestuia;*
- d) *formarea și dezvoltarea structurilor de personalitate presupun relaționarea și interacțiunea dinamică individ-mediu. Com-portamentul (fapte, acte, reacții), dar și cognițiile și trăirile subiectului sunt un produs și o funcție /a interacțiunii specifice persoană – situație;*
- e) *persoana realizează cunoașterea de sine concretizată în conceptul de Sine prin relaționarea cu ceilalți (mediul social),;*
- f) *cunoașterea de sine adecvată (imagine de sine cât mai realistă, stimă de sine cât mai adecvată etc.) conduce la cristalizarea credinței autoeficienței și a internalismului – factori care determină nivelul performanțelor în activitate. Drept consecință, persoana dobândește încredere în forțele proprii, devine optimistă și are sentimentul autorealizării și al auto-împlinirii;*
- g) *stările de sănătate și funcționalitate optimă ale persoanei sunt în strânsă legătură cu măsura în care aceasta achiziționează cunoștințe și abilități care să-i permită adaptarea cu succes la solicitările realității, aflate în permanentă evoluție;*
- h) *cauza schimbării evolutive, a dezvoltării personalității, o constituie dezechilibrul funcțional al persoanei, ca urmare a neconcordanței dintre capacitățile acesteia și cerințele mediului. Restabilirea echilibrului relativ dintre capacitățile per-*

soanei și solicitările mediului reprezintă un pas important în realizarea dezvoltării personalității acesteia;

- i) *persoana dobândește prin învățare, realizată într-un cadru/ mediu adecvat, abilitățile, competențele necesare pentru a realiza performanțe sporite sau, cel puțin, scontate, fapt care o motivează să se dezvolte permanent* [1; 8; 18].

**Dezvoltarea armonioasă a personalității** poate fi asociată cu scopul educației, analizat și concentrat de **A. Maslow** în teoria actualizării de sine a persoanei și devenirea complet umană – *becoming fully human* [12, p.64].

Este tot mai des acreditată ideea că dezvoltarea optimă a personalității presupune dezvoltarea armonioasă a tuturor structurilor sale, a individului sub toate aspectele.

O conceptualizare acceptabilă a dezvoltării armonioase a personalității de **tip complet uman** constă în valorificarea cel puțin a patru dimensiuni importante:

- dimensiunea biologică și psihofizică;
- dimensiunea cognitivă și intelectuală;
- dimensiunea afectivă, motivațională și volitivă;
- dimensiunea comportamentală/morală, estetică și tehnologică.

Astfel spus, *dezvoltarea optimă a personalității umane* este determinată de dezvoltarea individului sub cele patru aspecte și, mai ales, de armonizarea interrelaționării acestora, concretizată într-un mod și stil de activitate umană și de viață adecvat cerințelor sociale și aptitudinilor individuale.

Din această perspectivă, dezvoltarea optimă a unei persoane este *procesul de autoactualizare a potențialităților și a capacităților sale*. Conceptele de *autoactualizare și autorealizare* au fost introduse în psihologia umanistă de **A. Maslow** și **C. Rogers**, În viziunea lui A.

Maslow [12], persoanele care au atins stadiul autorealizării au următoarele caracteristici:

- au o imagine de sine realistă și se autoevaluează corect;
- se acceptă pe sine și îi acceptă pe ceilalți așa cum sunt;
- își focalizează atenția asupra problemelor importante care pot fi rezolvate;
- manifestă entuziasm și *au chef de viață*;
- pot să se detașeze de anumite situații și relații;
- simt nevoia unor experiențe de viață variate;
- apreciază corect oamenii, lucrurile și situațiile;
- manifestă atașament față de anumite valori;
- au sentimentul apartenenței la o anumită comunitate;
- întrețin relații apropiate (de atașament, iubire) cu câțiva oameni speciali;
- sunt tolerante sub aspect etnic, rasial, religios etc.;
- pot diferenția specificul între scopuri și mijloace și urmăresc îndeplinirea unor scopuri etice;
- sunt deschise la experiențe noi, sunt capabile; posedă gândire divergentă și convergentă, sunt originale, creative;
- sunt capabile de trăirea unor experiențe spirituale, fiind în stare de autoeducație și perfecționare morală;
- posedă simțul umorului și manifestă o atitudine realistă față de viață.

Aceste caracteristici, cu toate că pot fi întâlnite, într-o anumită măsură, la mulți oameni, par mai degrabă a fi desprinse din istoria și cultura unei comunități, care simte nevoia de a avea oameni perfecți, nefiind identificate prin observarea sistematică a oamenilor concreți, reali. Faptul că aceste caracteristici pot fi întâlnite în realitate este incontestabil, dar problema o reprezintă numărul oamenilor care sunt



în stare să se manifeste calitativ în viața sa cotidiană prin *dezvoltarea umană optimă*, evidențiind aspectele esențiale ale acesteia.

### ***Conceptul de Sine și dezvoltarea optimă a personalității umane***

Înțelegerea adecvată a structurii și dinamicii personalității umane, a dezvoltării ei optime presupune, printre altele, utilizarea unor concepte cu valoare integratoare și cu o forță explicativă crescută. Un astfel de concept este conceptul de *Sine (Self)*.

*Sinele este o structură psihică relativ stabilă care se formează în ontogeneza individului, în cadrul și prin intermediul proceselor de socializare și educație. Cunoașterea sinelui (cunoașterea de sine) include: conceptul de sine (Self-concept), imaginea de sine (Self-image) și aprecierea, evaluarea, stima de sine (Self-esteem). Aceste concepte implică procesări cognitive ale informațiilor despre sine prin care persoana își formează o anumită imagine de sine, realizează o evaluare de sine și își construiește o concepție despre sine. Procesul realizării cunoașterii de sine este însoțit de trăiri afective care-i conferă persoanei sentimentul valorii sale, al locului și statutului său social.*

În ansamblu, *Sinele* constă dintr-o *constelație de atitudini ale persoanei față de sine însăși și față de alții, a căror stabilitate relativă conferă consistență și coerență de sine.*

*Dimensiunile Sinelui se referă la următoarele aspecte:*

- felul în care ne percepem și ne evaluăm în mod real, la un moment dat, în prezent – *Sinele real*;
- imaginea și aprecierea de sine proiectate, cum ar dori persoana să fie în viitor – *Sinele ideal*;
- ceea ce crede persoana că ar trebui/ că s-ar cuveni să devină – *Sinele dorit*;
- ceea ce persoana nu ar dori să îndeplinească, de care, eventual, se teme – *Sinele anxios*;
- ceea ce persoana disprețuiește la ea însăși – *Sinele disprețuit*.

Integrarea acestor dimensiuni într-un concept sintetic, cu valoare explicativă crescută în ceea ce privește structura și dinamica personalității, este nu numai necesară, ci și benefică. Se vorbește despre un *Sine complex*, cu mai multe fațete, care explică adaptarea flexibilă la mediu și, în consecință, funcționalitatea optimă a personalității, adecvată contextelor situaționale diverse pe care le traversează persoana. Unii autori folosesc conceptul *Sine de lucru/Working Self-concept* ca expresie a manifestării situaționale optime a persoanei [6; 9; 12 etc.].

Sinele funcționează ca instanță organizatoare și reglatoare a vieții psihice a persoanei, sub toate aspectele și laturile ei. Odată constituit, Sinele își păstrează o anumită stabilitate, o consistență și o coerență proprie și, totodată, se reorganizează în funcție de contextul social, instituindu-se ca *o realitate psihoindividuală dinamică*.

Așadar, *dezvoltarea optimă a personalității umane* presupune *integrarea diverselor aspecte și dimensiuni ale Eului și constituirea unui Sine coerent și consistent* care asigură stabilitatea relativă a persoanei și, totodată, asigură adaptabilitatea ei la diverse situații [2; 11; 12; 13; 18; 20].

### ***Modul de viață sănătos și starea generală de bine***

Modul de viață sănătos este expresia unor decizii și acțiuni voluntare ale oamenilor manifestate într-un ansamblu coerent, care au ajuns la convingerea că este mai bine și mai eficient să previi decât să te vindeci după ce te-ai îmbolnăvit. Dobândirea unui *mod de viață sănătos* este un proces de durată, în care educația, orientată consecvent spre adoptarea unor practici care asigură confortul și starea de bine a individului, este esențială. Formarea convingerii privind adoptarea modului și a stilurilor de viață sănătos, cristalizarea treptată a credinței autoeficace-cității (convingerea persoanei că stă în puterea ei să-și mobilizeze resursele cognitive și motivaționale necesare adoptării unor comportamente) și rolul modelelor (părinți, profesori, *vedete* etc.) constituie elementele luării deciziei, de către o persoană, de a-și controla modul de viață.

Părinții trebuie fie consiliați pentru a cunoaște componentele stării de *bine* [1; 8; 10; 17; 19; 22 etc.]:

- *acceptare de sine*: atitudine pozitivă față de sine, acceptarea calităților și defectelor proprii, percepția și evaluarea pozitivă a experiențelor anterioare și încredere în viitor;
- *relații pozitive cu ceilalți*: încredere în oameni, sociabilitate, ne-voia de a primi și de a da afecțiune, atitudine empatică, deschisă și caldă;
- *autonomie*: independență, hotărâre, rezistență la presiunile grupului, autoevaluare după standardele personale; nepreocupare excesivă față de evaluările și expectanțele celorlalți;
- *control*: sentiment de competență și de control personal în rezolvarea sarcinilor; subiectul își creează oportunități pentru satisfacerea nevoilor personale, întreprinde acțiuni adecvate sistemului propriu de valori;
- *sens și scop bine determinat în viață*: activitate direcționată spre obiective de durată medie și lungă; persoana valorifică pozitiv experiențele, are bucuria prezentului și relevanța viitorului, convingerea că merită să te implici, curiozitate;
- *dezvoltare personală*: deschidere la experiențe noi, sentimentul valorizării propriului potențial, capacitate de autorefecție, autoeducație și autoperfecționare; percepția schimbărilor de sine pozitive, autoeficiență, flexibilitate, creativitate, nevoia de provocări, nonconformism, respingerea rutinei și acceptarea perspectivelor de dezvoltare permanentă.

Starea de *bine* este asigurată de un suport social adecvat, de o educație corespunzătoare care să consolideze încrederea în sine a oamenilor, stima de sine, optimismul, dorința de autodepășire, internalismul (crența individului că poate controla evenimentele, că totul în viață depinde de el, de opțiunile și de deciziile lui).

*Dezvoltarea umană optimă poate fi apreciată în funcție de modul de viață și de starea generală de sănătate; de funcționalitatea structurilor de personalitate ale omului.*

**Consilierea psihopedagogică este considerată ca o modalitate / mod de potențare a dezvoltării optime a personalității umane**

Spre deosebire de consilierea în situații de criză, care are ca obiectiv scoaterea părintelui din această stare, redobândirea funcționării normale a personalității sale, *consilierea cu rol de dezvoltare are drept obiectiv fundamental: sprijinul, ajutorul și îndrumarea părintelui în vederea dezvoltării optime a personalității sale; actualizarea de sine.*

În esență, consilierea pentru dezvoltare, urmărește orientarea părintelui în vederea adoptării, în deplină cunoștință de cauză și cu maximă responsabilitate a unui mod sănătos și demn de viață.

*Consilierea pentru dezvoltare are un caracter sintetic-integrativ și integrator.* Ea îmbină acțiuni și măsuri specifice celorlalte tipuri de consiliere, în special consilierea remedială și cea preventivă.

De aceea, în activitatea educațională este utilizată, cu precădere consilierea pentru dezvoltare. *Ea constituie substanța și conținutul esențial a ceea ce numim consiliere psihopedagogică.*

În sinteză, consilierea psihopedagogică realizată în scopul dezvoltării personalității părinților urmărește sprijinirea și orientarea acestora pentru:

- a se cunoaște pe sine cât mai realist și să se accepte așa cum sunt (cu calități și defecte, cu puncte tari și puncte slabe);
- a-și asume responsabilitatea deciziilor și consecința faptelor proprii;
- a învăța să-și modifice atitudinile și comportamentele dezadaptive, ineficiente și/sau indezirabile din punct de vedere moral și social;

- a relaționa adecvat cu alții, a coopera și colabora în grup/în instituția din care fac parte:
- a atinge un nivel optim de congruență unitate între gânduri, emoții și fapte/comportamente și o stare generală de bine.

### **Activități de învățare:**

1. *Identificați și caracterizați coordonatele și conținutul dezvoltării umane.*
2. *Analizați modelul structural-dinamic de abordare a personalității umane.*
3. *Elaborați programe de consiliere parentală destinate dezvoltării armonioase a copiilor în cadrul familiei.*
4. *Elaborați strategii de consiliere pentru dezvoltarea părinților*

## Tema 6

### CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ A PĂRINȚILOR ÎN SITUAȚII DE CRIZĂ

| Obiective de referință  | Conținuturi  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• Să identifice cauzele apariției situațiilor de criză;</li><li>• să caracterizeze elementele constitutive ale situațiilor de criză;</li><li>• să elaboreze programe de intervenție a consilierului în variate situații de criză pe care le traversează părinții.</li></ul> | <p>Situațiile de criză în viața persoanei.</p> <p>Elementele constitutive ale situațiilor de criză și fazele derulării acestora.</p> <p>Tipuri ale situațiilor de criză.</p> <p>Reacțiile oamenilor în variate situații de criză. Intervențiile consilierului în situațiile de criză pe care le pot traversa părinții.</p> <p>Consilierea părinților pentru a preveni situațiile de criză.</p> |

#### REPERE TEORETICE:

##### **Definirea unei situații de criză în viața persoanei**

*Criza este o stare de dezorganizare, de disfuncționalitate a personalității, în care se poate afla, la un moment dat, o persoană ce se confruntă cu anumite probleme cărora nu le poate face față în mod adecvat și care-i produc îngrijorare, anxietate și disconfort psihologic.* O situație de criză este o situație generatoare de stres sporit/distres care afectează în sens negativ/distructiv capacitatea unei persoane de a gândi și de a acționa eficient.

Fiecare om a trecut, la un moment dat, printr-o situație critică sau, cel puțin, a fost martor la o astfel de situație. Starea de criză poate fi generată și declanșată de evenimente precum: situația familială dificilă, despărțirea de persoana iubită, infidelitatea, divorțul, pierderea

cuiva drag, problemele financiare, devierile comportamentale ale partenerului de viață provocate, deseori, de anturaj; consumul de alcool și/sau droguri; problemele de sănătate proprii sau ale celor apropiați, pierderea serviciului, privarea de libertate etc.

*Elementele unei situații de criză* sunt: apariția unui eveniment declanșator; persoana percepe evenimentul ca fiind amenințator și generator de teamă, anxietate, stres; reacțiile persoanei la eveniment sunt dezorganizate și fără un rezultat concludent; persoana încearcă să adopte anumite strategii pentru a face față situației și stresului generat de aceasta și înregistrează insuccese și/sau chiar eșecuri.

#### *Tipuri de criză*

**H. Parad și L. Parad** (1990) consideră că există mai multe tipuri de criză [Apud 8], în funcție de natura factorilor care le declanșează:

- *crize determinate de factori biologici* – sunt stări de criză întâlnite la cvasitotalitatea oamenilor în anumite etape ale creșterii și dezvoltării lor biofizice. Intrarea la școală, pubertatea, adolescența sau vârsta mijlocie sunt perioade în viața unei persoane care pot genera stări de criză;
- *crize determinate de factori de mediu*, de anumite evenimente precum moartea persoanei dragi, divorțul, o boală cronică, violența în familie etc. Sunt stări de criză ce apar frecvent, acestea, fiind generate de factori sociali (relaționali, interpersonal, situaționali etc.);
- *crize accidentale generate de cauze imprevizibile*: anumite evenimente și întâmplări nefericite, imprevizibile, precum cutremururile, inundațiile, accidentele de circulație cu consecințe majore etc., ce produc reacții necontrolate, uneori violente ale persoanei care trăiește astfel de evenimente, alteleori, se blochează și devine apatică sau depresivă.

### *Reacțiile oamenilor în situații critice*

Persoanele aflate într-o situație de criză au un comportament neobișnuit, uneori bizar, căzând în panică, acestea acționează nerațional și ineficient.

**H. Parad și L. Parad** (1990) descriu mai multe *stări și reacții tipice ale oamenilor aflați în situații critice*.

- *uimirea*. Surprinși de eveniment, subiecții sunt dezorientați, nu știu cum să procedeze și cum să reacționeze. De aceea, reacțiile lor sunt necontrolate, ineficiente;
- *pericolul*. Subiecții simt că sunt în pericol și au sentimentul unui rău inevitabil ce li s-ar putea întâmpla;
- *confuzia*. Subiecții se află într-o stare în care reperatele normative și valorice sunt bulversate;
- *impasul*. Subiecții se blochează și, momentan, nu găsesc strategii alternative de depășire a crizei. Ei cred că orice soluție adoptată este din start sortită eșecului, astfel încât se simt neputincioși,
- *disperarea*. În starea în care se află, subiecții sunt dispuși să facă orice pentru a depăși situația, chiar dacă uneori riscul este mare, iar soluțiile adoptate nu au vre-o legătură logică cu problema în sine;
- *apatia*. Unii indivizi renunță și refuza să încerce să mai facă ceva. Ei cred că situația lor este lipsită de orice speranță și „așteptată” derularea evenimentelor;
- *neajutorarea*. Subiecții nu-și pot fi singuri de folos și trebuie ca altcineva să le vină în ajutor;
- *nerăbdarea*. Subiecții doresc cu ardoare o soluție imediată pentru problema lor;
- *disconfortul*. Subiecții se simt nefericiți, sunt anxioși, neliniștiți, incapabili de concentrare și focalizare pe soluții adecvate.



## Fazele procesului de criză

Reacțiile la situația de criză sunt diferite, în funcție de stadiul în care se află procesul derulării ei. Parcurgerea crizei este un proces cu mai multe faze.

*Faza de impact* – apare concomitent cu/sau imediat după evenimentul declanșator. Persoana în cauză conștientizează că a intrat în starea de criză, deoarece constată că strategiile de rezolvare a problemelor deținute în repertoriul său nu funcționează pentru a reacționa adecvat, fapt care o face să se simtă neajutorată, anxioasă, frustrată, înfricoșată, depresivă sau chiar disperată și să-și piardă controlul. Impactul produs de anumite evenimente este diferit la copii, față de adolescenți sau adulți. Unii copii care intră în starea de criză trec relativ ușor peste acest moment, detașându-se de evenimentul declanșator. Ei trăiesc intens experiența și se implică mai puțin din punct de vedere cognitiv. În cazul adulților, faza de impact poate lăsa urme adânci, cu repercusiuni asupra evoluției viitoare a personalității acestora.

*Faza de adaptare (coping)* – persoana în cauză încearcă fie să schimbe situația, percepând-o și evaluând-o altfel, fie că-și modifica reacțiile față de evenimentele generatoare de criză. Strategia adaptativă poate fi una de confruntare cu situația sau una de apărare (negare, retragere, neimplicare etc., însoțite de trăiri subiective corespunzătoare). Dacă nici una dintre strategiile adaptative nu funcționează, persoana intră în ce-a de a treia fază.

*Sustragerea* – persoana simte că nimic din ceea ce a încercat sau ar încerca n-o ajută să-și aline suferința. Sustragerea poate fi *voluntară* (de exemplu, cazuri extreme, când persoana se sinucide) sau *involuntară* (trăiri emoționale distorsionate, dezorganizări ale personalității etc.).

Persoanele intră în faza de sustragere atunci când criza durează o perioadă mai îndelungată și când nu întrevăd nici o cale de ieșire din această situație [8; 19; 20].

## **Intervenția consilierului în situațiile de criză**

Confrunțați cu diverse situații critice în care se află oamenii, persoanele, în cazul nostru, părinții, consilierul trebuie să intervină adecvat și eficient. El trebuie să ajute părinții să-și păstreze cumpătul, să înțeleagă cauzele care au generat o astfel de stare, să-și recapete speranța și, în final, să-i determine să-și mobilizeze resursele pentru a depăși dificultățile și a-și redobândi echilibrul necesar funcționării normale a propriei personalități.

Modelul consilierii în situații de criză a părinților seamănă mult cu un *model tipic de rezolvare de probleme*. Este vorba despre parcurgerea câtorva *etape*:

### *1. Evaluarea crizei și a resurselor beneficiarului de a o depăși*

Consilierul trebuie să afle circumstanțele care au condus la apariția crizei și sentimentele părintelui față de criză. El trebuie să-l încurajeze pe acesta să-i vorbească despre propriile probleme, despre sentimentele și planurile sale. Este evident că persoanele aflate în situații de criză își organizează și își exprimă cu greu gândurile, au sentimentele confuze, dar consilierul trebuie să manifeste răbdare și empatie.

### *2. Sprijinul acordat părinților pentru înțelegerea problemelor sale și clarificarea sentimentelor proprii*

Aflat în situațiile de criză, adultul nu gândește limpede, fapt care conduce la o discrepanță între relatări (ceea ce spune). El trebuie ajutat să-și facă ordine în gânduri și să aibă o înțelegere mai realistă a problemelor. Utilizând tehnici specifice (resemnificarea, reformularea, parafrizarea, metafora etc.), consilierul ajută părintelui să-și exprime sentimentele și să-și clarifice gândurile.

### *3. Generarea și analiza soluțiilor posibile*

Analiza problemelor apărute în situația de criză poate evidenția aspectele vulnerabile ale beneficiarului și, în consecință, soluțiile posibile de remediere.

Consilierul solicită adultului răspuns la următoarele întrebări:

- Dacă a mai trecut prin situații similare și cum a procedat?
- Ce a încercat să facă pentru a depăși actuala criză?
- Ce părere are despre prezenta situație de criză?
- Ce alternative întrevide pentru a ieși din impas?

Deseori, părintele este stimulat să dea posibile soluții, realiste sau mai puțin realiste. Folosind analogii, metafore, psihodrama sau alte tehnici, consilierul poate sugera adultului calea de urmat pentru soluționarea problemelor cu care se confruntă.

#### *4. Decizia asupra unei soluții și căi de urmat*

Opțiunea pentru un anumit mod de a proceda este precedată de evaluarea soluțiilor posibile. Consilierul ghidează beneficiarul spre adoptarea unei opțiuni favorabile care să-l conducă la depășirea situației. Cristalizarea unei opțiuni pentru un mod de acțiune va determina consilierul să se asigure că părintele crede în aceasta. Credința este resursa motivațională care angajează adultul în soluționarea problemelor sale.

*5. Valorificarea în practică a deciziei asumate și transferul ei în situații de viață reale [8].*

În această etapă, consilierea presupune învățarea de către beneficiar, printr-un training adecvat, a unor abilități și moduri strategice și procedurale care să-i asigure obținerea unor performanțe scontate și să-l conducă spre succes în activitate.

Modurile de a proceda sunt utilizate apoi în rezolvarea unor probleme din viața adultului.

### **Activități de învățare:**

- 1. Identificați variate situații de criză prin care pot trece adulții în calitate de părinte.*
- 2. Analizați comportamentele copiilor și părinților în situații de criză.*
- 3. Elaborați 3-4 programe de consiliere a familiei, a părinților și copiilor, în situații de criză.*

## ANEXE: DIN EXPERIENȚA DE CONSILIERE A FAMILIEI

### Anexa 1: DIMENSIUNEA DEONTOLOGICĂ ÎN CONSILIEREA FAMILIEI

Familia ca instituție socială constituită din adulți și copii necesită din partea consilierilor educaționali o atenție deosebită, competență și cultură profesională. Plecând de la definiția sănătății, realizată de OMS [3], care desemnează sănătatea drept o stare de bine fizic, psihic și social; de la accepțiunile cercetătorilor și practicienilor din domeniul consilierii [1; 2; 4; 5; 7] cu privire la esența și scopul acesteia, vom analiza dimensiunea etică și deontologică a consilierii familiei ca fiind centrată pe schimbarea evolutivă a tuturor membrilor ei. Pentru a conștientiza aspectul nominalizat, prezentăm definiția consilierii oferită de The British Association for Counseling, fondată în 1977. *Consilierea este utilizarea pricepută și principială a relației interpersonale specialist-subiect consiliat pentru a facilita la acesta autocunoașterea, acceptarea emoțională și maturizarea, dezvoltarea optimă a resurselor personale. Scopul general constă în orientarea individului pentru a depune efort în crearea unei vieți personale mai calitative. Relațiile de consiliere variază în funcție de situație, însă, în esență sunt centrate pe aspectele dezvoltării personalității, pe soluționarea unor conflicte interioare și interpersonale, luarea de decizii, urmarea unui mod sănătos și demn de viață, controlul sau prevenirea unor stări de criză; facilitarea unui insight personal; inclusiv, pe aspectele de management al stresului sau îmbunătățirea relațiilor cu ceilalți* [3]. Dacă e să scoatem în evidență și să precizăm problemele la care solicită cel mai frecvent ajutorul consilierului adulții din familie, am putea să le diferențiem în următoarele categorii tematice:

- dificultăți ce țin de autoactualizare și cunoașterea de sine;
- dificultăți ce țin de comunicarea și relația cu partenerul conjugal;
- dificultăți ce țin de comunicarea și relația cu copiii,
- dificultăți ce țin de cunoașterea, înțelegerea și educația copiilor;
- dificultăți ce țin de comunicarea și relația cu rudele;
- dificultăți ce țin de managementul situațiilor de criză și a stresului;
- dificultăți legate de managementul familial.

Membrii minori din cadrul familiei, copiii, foarte frecvent necesită ajutorul consilierului în următoarele situații:

- de construire a unei imagini și a stimei de sine adecvate;
- de abilitare a copiilor cu strategii și modalități de auto-cunoaștere, autoapreciere și autoperfecționare morală, voluntivă, intelectuală, estetică, psihofizică etc.;
- de însușire a unor modalități de învățare eficientă;
- de orientare a copiilor și adolescenților în alegerea studiilor, formarea carierei școlare și orientarea profesională;
- de însușire a unor strategii, metode și tehnici de comunicare interpersonală eficientă cu semenii și adulții,
- de însușire și valorificare a strategiilor de tip *coping* privind depășirea stresului; a unor situații dificile sau de criză;
- de adaptare în colectivitatea școlară sau/și integrarea în grupul de referință;
- de convingere a copiilor pentru respectarea normelor morale în societate, familie, școală.

Evident că situațiile dificile sunt mult mai variate, deseori mai complicate și delicate ca specific, structură și manifestare, atât în cazul adulților, cât și al copiilor. Noi am conturat conținutul lor orientativ

pentru a oferi posibilitatea de a conștientiza și analiza punctele vulnerabile și problemele pe care le abordează membrii familiei consilierului. Investigația desfășurată cu privire la calitatea ajutorului acordat în cadrul consilierii familiei a permis să stabilim că 83% din persoanele adulte și 92% dintre copiii consiliați au menționat faptul că pentru ei a fost importantă atitudinea și comportarea specialistului față de ei. Ambele eșantioane, practic în întregime, au menționat eficiența metodelor și a sfaturilor consilierului (92,4%). Analiza practicii de consiliere și supervizare, observațiile noastre, demonstrează, în temei, un moment pe care îl considerăm decisiv, și, anume, necesitatea respectării culturii designului tehnologic și al principiului NU DĂUNA!, care are la bază modelul psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității integre și familiei armonioase.

Dincolo de multiplele abordări, autorii cărora consideră că consilierea include în sine psihoterapia [2; 3; 5; 6] și, invers, precum psihoterapia include în sine consilierea [Apud 5], noi vom accepta ambele viziuni, dar susținem că în consilierea familiei, ambele tipuri de intervenție, se îmbină, într-o manieră și măsură diferită, în funcție de situația reală și cazul concret atestat, iar ajutorul și asistența oferită de specialist, metodele aplicate, se completează, interacționează, integrându-se într-un proces de sprijin, îndrumare și susținere a persoanei, toate fiind orientate spre învățarea unor deprinderi și competențe de autocunoaștere, autoperfecționare; depășire a dificultăților, conflictelor psihologice și interpersonale. Astfel individul învață a face față cu succes solicitărilor existențiale, se axează pe dezvoltarea optimă a potențialului biopsihic și intelectual pentru a-și construi și menține o viață decentă, echilibrată și interesantă.

Experiența de durată în domeniul consilierii familiei confirmă esența acesteia, care rezidă în centrarea pe schimbarea evolutivă a persoanei, pe când psihoterapia se focalizează, mai mult, pe schimbarea

revolutivă ce presupune modificări structurale profunde, incluzând intervențiile complexe în tulburările clinice, etichetate cu diagnostic psihiatric. În contextul dat, continuăm ideea cu precizarea aspectelor constitutive ale consilierii familiei, abordate prin optica dimensiunii etice și a culturii profesionale ce include, în viziunea noastră, patru *planuri acționale*, de bază, cel *științific* ce configurează valorificarea concepției despre om, al teoriilor dezvoltării personalității, conceptului și componentelor sănătății psihosomatice, care ajută la depistarea cau-zelor generatoare de disfuncționalități și dezechilibre la variate vârste, asigurând determinarea perspectivelor și mecanismelor, modelelor de consiliere, a fundamentelor teoretice de valorificare a tehnologiei; *cel al experienței proprii și avansate* din domeniul consilierii familiei; *cel praxiologic/tehnologic* care presupune cunoașterea factuală, cunoaș-terea nomologică, centrată pe analize, explicație, justificare, inter-pretare, predicție și aplicarea regulilor tehnologice, inclusiv a *meta-regulilor* [5, p.18], care permit descoperirea de reguli, principii euristice utile în situații complexe, insuficient cercetate și definite din punct de vedere științific. Planurile acționale identificate și caracterizate nu ar fi complete, dacă nu s-ar îmbina cu *planul acțional moral-etic* ce orientează specialistul spre respectarea normelor etice și deontologice. Evident că o mare însemnătate și valoare are intuiția, darul, măiestria, arta improvizării specialistului, carisma lui, modul de a gândi și a se comporta, și, desigur că competența valorificării unui ansamblu de *savoir-faire*, care, împreună, formează *filosofia consilierului*, ce se manifestă în activitate și denotă o mare muncă de auto-clarificare, autoperfecționare; capacitatea de a realiza un demers creativ, funcțio-nal, unical, deoarece fiecare persoană este irepetabilă și unicală.

Imperativele dimensiunii etice în consilierea familiei parvin din valorile, normele și principiile morale, care se concentrează în respec-tarea standardelor morale și valorizarea strategiilor și reglementărilor

privind relația consilier-subiect consiliat (parteneri conjugali; părinți; copii; bunici; alte rude etc.), practicile și procedurile consilierii. Aici dorim să atragem atenția la respectarea drepturilor omului, asigurarea confidențialității, protejarea subiecților consiliați de anumite constrângeri indecente. Accentul propunem să fie plasat pe elaborarea și valorificarea unui **Meta-Model de etică și resemnificare pentru consilierea eficientă a familiei / MERCEF**. *Reperete conceptuale*, valorificate în fondarea Meta-Modelului vizat se constituie din dimensiunea valorilor morale și filosofia axiologică [3; 4], factorii comuni pentru consiliere și psihoterapie [5; 7], concepția despre om și personalitate [Apud 1; 6; 7]. *Reperete praxiologice*, valorificate în fondarea Meta-modelului sunt reprezentate prin: Modelul psihoeducațional al formării și dezvoltării personalității și Modelul de consiliere și psihoterapie [1; 3; 5; 7; 8; 9], Sistemul educației pentru familie [4, p.195-198], Spirala schimbării evolutive a persoanei și cubul consilierii [7, p.61-87]; abordarea pluridisciplinară, principiile eclectismului tehnic [5].

În temeiul considerațiilor expuse și a sumarizării accepțiunilor teoretice, a experienței în domeniul consilierii familiei propunem următoarea structură a **Meta-Modelului de etică și resemnificare pentru consilierea eficientă a familiei** :

1. **Cadrul conceptual, filosofic și etic** se compune din: fundamentele epistemologice ale psihologiei generale, psihologiei vârstelor și dezvoltării; pedagogiei generale, pedagogiei familiei; sociologiei familiei; filosofiei educației, filosofiei valorilor; socio-logiei educației familiale; consilierii psihopedagogice și a psiho-terapiei integrative.
2. **Cadrul teleologic** conține finalitățile, care se compun din scop și obiective, deseori aici specialistul împreună cu cel consiliat poate să configureze niște modele-exemple, care vor servi drept ideal orientativ de gândire și comportare pentru subiect;



3. **Cadrul conținutal - axiologic și al comprehensiunii** este compus din valorile, normele, principiile etice și existențiale, care urmează a fi achiziționate de subiect, inclusiv, presupune pătrunderea și înțelegerea de către consilier a *realității interioare* a subiectului. Aici foarte importantă este înțelegerea mesajelor verbale și nonverbale.
4. **Cadrul structurii verbale** presupune gândirea și valorificarea tehnicilor esențiale: convorbirea, interpretarea, reformularea (reflectare; clarificare; ca inversare a raportului figură-fond etc.), resemnificarea; arta de a formula întrebări și a aplica omisiunile, generalizările, precizările, nominalizările, presupuzițiile, *lecturarea gândurilor*, relațiile cauză-efect, echivalențele complexe; metafora terapeutică etc.
5. **Cadrul colaborării și feedbackului** este foarte important, deoarece servește înțelegerii reciproce și a schimbării contextului sau metodelor aplicate de consilier pentru optimizarea relațiilor, conținutului ședințelor și a procesului consilierii în întregime.
6. **Cadrul designului activității și a ședinței** conține structura/scenariul detaliat al specialistului. De reținut că acesta pe parcursul consilierii poate fi completat sau schimbat la necesitate.
7. **Cadrul evaluativ-analitic** conține ansamblul de metode, procedee sau tehnici de evaluare și apreciere a schimbărilor în viziunile, atitudinile sau conduita subiectului (se poate aplica observarea directă sau indirectă, testarea, convorbirea, discuția etc.).
8. **Cadrul explorării tehnologiei** permite specialistului să elaboreze scheme, noi reguli, micro-modele operaționale pentru a eficientiza tehnologia valorificată.
9. **Cadrul eclectic-integrativ** asigură înțelegerea și valorificarea ajustării metodelor de consiliere cu elementele de psihoterapie integrativă.

10. *Cadrul strategic de abordare a perspectivelor funcționării familiei*, îl considerăm extrem de important pentru a analiza cu subiectul consiliat traseul comportamental și cel conținutal al perspectivelor funcționării eficiente a familiei sale. Ideea ne aparține, fiind validată pe parcursul activității de lungă durată a familiilor/circa 30 de ani. Considerăm de succes finalizarea consilierii numai atunci când subiectul este în stare să elaboreze, argumenteze și să descrie clar/explicit perspectivele de restructurare a propriei vieți, a existenței familiei sau a membrilor acesteia. În contextul vizat este valoros faptul dacă am atins nu numai scopul concret planificat împreună cu subiectul, dar acesta s-a învățat a delimita și modela axele strategice și perspectivele sporirii calității vieții de familie.

În concluzie, deoarece propunem atenției consilierilor un Meta-model, evident că acesta nu pretinde la o abordare-valorificare în strictă exclusivitate, ci presupune și asigură o deschidere pentru variate căi și mijloace, strategii de consiliere a familiei. Esențialul aici rezidă în orientarea specialistului și provocarea acestuia în utilizarea creativă și eficientă standardelor etice, deontologice; a tehnologiilor de consiliere și valorificare argumentată a eclecticismului tehnic, atât la nivel teoretic, cât și praxiologic.

#### **Lecturi recomandate:**

1. Baban A. Consiliere educațională. Cluj-Napoca: Editura Psinet, 2001.
2. Blocher H.D. Counseling. A Developmental Approach. Ed. a IV-a. New-York: John Willey and Sons Inc, 2000.
3. Clarkson P., Pocorny M. The Handbook of Psychotherapy. London: N. Y. Routledge, 1994.
4. Cuznețov Larisa. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. Chișinău: CEP USM, 2008.

5. Dafinoiu I. Elemente de psihoterapie integrativă. Iași: Polirom, 2000.
6. David D. Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale. Iași: Polirom, 2006.
7. Dumitru Ion Al. Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice. Iași: Polirom, 2008.
8. Enăchescu C. Tratat de psihologie morală. Iași: Polirom, 2008.
9. Salem G. L. Approche therapeutique de la famille. Paris-New-York: Masson, 1987

## Anexa 2:

### CONSILIEREA PSIHOPEDAGOGICĂ PARENTALĂ CA COMPONENTĂ DE FORMARE A CULTURII FAMILIEI

Analiza experienței empirice și a cercetărilor științifice [1; 3; 5; 7; 12] ne conduc spre ideea că formarea și dezvoltarea personalității umane, la general, și a personalității părinților, în particular, reprezintă un proces complex, care începe în copilărie prin modelele parentale asimilate în cadrul familiei de origine; continuă prin intermediul activităților specifice de educație, asistență și consiliere psihopedagogică/educațională, acțiunile de autoperfecționare desfășurate de adulți pe parcursul întregii vieți.

În societatea de astăzi, aceste tipuri de activități s-au instituționalizat, se profesionalizează continuu și au devenit o obligație a statului față de cetățenii care au familie, cresc și educă copii.

Studiul nostru are caracter teoretico-aplicativ și-i orientat spre analiza și clarificarea unor aspecte epistemologice, praxiologice și elucidarea rezultatelor unei investigații în domeniul consilierii psihopedagogice a părinților.

La început vom clarifica esența conceptelor de bază, operând cu termenul *asistență*, care provine din latinescul *assisto*, – *ere* și *adsisto*, – *ere*, care semnifică *a fi alături de cineva*, a-i acorda sprijin și ajutor în rezolvarea unor probleme [5, p.11].

Evident că se oferă asistență individului în două ipostaze:

- a) *într-un cadru informal*, asistența se oferă de membrii familiei, prieteni, rude etc.;
- b) *într-un cadru formal*, adică instituționalizat, fie în instituțiile de învățământ, fie în centrele specializate.

Acordarea asistenței în educația, inițierea și formarea părinților, transformarea lor în actori eficienți și activi, centrați pe autoperfec-

ționarea permanentă a competențelor de familist și părinte, se referă la un ansamblu de acțiuni organizate, în plan social, de mijloacele mediatice prin implicarea specialiștilor din domeniul pedagogiei, psihologiei, asistenței juridice, medicale etc. și, în cadrul instituțiilor de învățământ, prin serviciul psihologic, consilierii educaționali, cadrele didactice, în scopul de a asigura condiții optime de dezvoltare, educație și viață pentru fiecare copil; de a preveni și înlătura situațiile dificile, de criză, care pot apărea atât în viața copilului cât și a adultului.

La nivelul informal al relațiilor interpersonale în familie, consilierea părinților se realizează de către semenii, rude, prieteni, iar în cadrul formal – de către specialistul la care se adresează persoana în cauză. Acordarea asistenței presupune sprijinirea și ajutorarea persoanei pentru a depăși unele dificultăți și a-și rezolva anumite probleme.

De fapt, deseori, fiecare din noi, indiferent de profesie, statutul și rolul social în care ne aflăm (părinți, frați etc.), acordăm asistență apropiaților noștri. Sigur că eficiența asistenței diferă de la caz la caz, depinde de un șir de factori, printre care cei mai importanți țin de experiență și, nu în ultimul rând, de cunoștințele și competențele noastre în domeniul psihopedagogiei. Până vom aborda unele aspecte praxiologice ale consilierii parentale și ale formării culturii părinților, ne orientăm spre precizarea conceptelor și definițiilor din domeniul consilierii psihopedagogice.

În teoria și practica consilierii parentale și în viața socială, individului i se oferă variate tipuri de asistență pe care trebuie să le cunoaștem și să le valorificăm adecvat. Astfel, *asistența medicală*, ține de organizarea-desfășurarea acțiunilor de asigurare a condițiilor optime de creștere și dezvoltare biofizică a organismului uman și ocrotirea sănătății acestuia. Asistența medicală se acordă de către personalul medical special pregătit, la solicitarea individului.

*Asistența socială* reprezintă ansamblul de acțiuni și activități de sprijin și ajutor acordat persoanelor aflate în dificultate, pentru rezolvarea unor probleme de ordin material în scopul asigurării unui standard de viață decent. Problemele vizate țin de competența și responsabilitatea asistențelor sociale și ale autorităților publice locale.

Un alt tip de asistență este cea *psihologică*, care constă în ajutorul și sprijinul acordat persoanelor în situații de criză, dificultate, manifestate prin dezechilibru și disfuncționalități la nivelul conduitei, structurilor de personalitate. Asistența psihologică este acordată de specialiști: psihologi, consilieri pe probleme psihologice și psihoterapeuți.

Asistența psihopedagogică/educațională reprezintă una dintre cele mai răspândite tipuri de sprijin, ajutor, îndrumare acordate copiilor, tinerilor, adulților, tuturor persoanelor care participă la activități de instruire-învățare, de dezvoltare și formare personală și de orientare în cariera școlară, profesională sau cariera de familie și părinte. Această asistență cere nu numai pregătire specială, calificare, dar și o experiență mare în domeniu, un dar și capacități de convingere/persuasiune. Asistența psihopedagogică este foarte necesară persoanelor, care doresc să se autodepășească, autoperfecționeze în procesul de formare-dezvoltare a propriei personalități. Evident că asistența nominalizată se acordă de consilierii educaționali sau școlari, de către educatori, profesori, psihopedagogi, psihologii școlari și de către părinți în cadrul familiei [5; 6; 7; 9; 12].

Dacă realizăm o analiză simplă a acțiunilor din oricare tip de asistență, lesne observăm că înafara celor speciale de origine medicală, juridică, socială, peste tot, sunt prezente acțiuni cu un evident caracter psihologic și pedagogic, fie *teoretic*, de cunoaștere și respectare a particularităților de vârstă, personalitate, gen, specificul crizelor etc.; fie *aplicativ*: valorificarea unor principii și strategii de utilizare a variabilelor

forme, metode, procedee tehnici, îmbinarea optimă a acestora în procesul de formare-dezvoltare a personalității adultului sau copilului. În acest context, amintim de necesitatea creării unor condiții favorabile; cunoașterea și respectarea factorilor ce ar consolida acțiunile consilierului și ar facilita rezultatele consilierii, asistenței educaționale oferite, și, invers ar exclude influența factorilor perturbatorii ale acestor acțiuni.

Asistența acordată în consilierea psihopedagogică a părinților posedă un caracter de formare a culturii lor, unul inter- și pluridisciplinar, vizând realizarea unor influențe și acțiuni educative corecționale, informaționale, de susținere, fortificare a unor trăsături de personalitate și comportamente, ce urmează a fi adaptate la particularitățile psihoindividuale ale adulților și copiilor. Pentru a înțelege importanța consilierii în formarea culturii membrilor familiei, vom identifica și preciza esența conceptelor de bază.

Întrucât, activitatea de consiliere parentală poate include consilierea psihologică, elemente de psihoterapie și consilierea psihopedagogică/educațională, este necesar să abordăm și analiza conținutului acestora. Astfel, *consilierea psihologică* reprezintă intervenția care urmărește sugerarea unui mod de a proceda, a unui mod de comportare, ce trebuie adoptat într-o situație dată, sau, în general, în viața și activitatea cotidiană a persoanei [5, p.13]. Ea se adresează persoanelor normale, sănătoase psihic, în studiul nostru – părinților, aflați în dificultate, care sunt ajutați să conștientizeze posibilitățile sale și să le valorifice pentru rezolvarea problemelor cu care se confruntă, pentru a-și organiza și trăi o viață plină de sens, confortabilă din punct de vedere psihologic [4; 7] și a-și dezvolta și educa eficient copiii. Consilierea psihologică facilitează autocunoașterea realistă, acceptarea de sine, autoactualizarea și, deci, valorificarea optimă a resurselor și posibilităților proprii.

*Psihoterapia* presupune utilizarea unor metode și tehnici psihologice specifice, în vederea realizării unor schimbări, deseori de amploare, profunde, în cognițiile și comportamentul oamenilor. Psihoterapia, în esență, este prerogativa medicilor psihoterapeuți care au o pregătire specială, inclusiv psihologică, deoarece se adresează persoanelor aflate într-o stare de suferință psihică, uneori greu de definit și foarte dificil de remediat sau înlăturat. Aceste suferințe psihice pot fi generate de conflictele interne, uneori și de conflicte interpersonale de tipul soț-soție, copil-părinte etc., altele de suprapunerea conflictelor interne și a celor interpersonale cu crizele de vârstă sau crizele vieții de familie. Persoana, în acest caz, trăiește o stare complexă de nemulțumire de sine, de dezacord intern, de incongruență, frustrare, fapt care o face anxioasă, vulnerabilă; îi creează probleme de comportare și adaptare la solicitările parvenite din socium, provocându-i un disconfort substanțial. În situații de acest tip se realizează consilierea psihologică cu elemente de psihoterapie.

Atât psihoterapia, cât și consilierea psihologică reprezintă procese complicate de intervenție, influențare cu scop de schimbare a strategiilor comportamentale, a condițiilor, cognițiilor, atitudinilor și a conduitei persoanelor, în cazul nostru, a părinților.

*Consilierea psihopedagogică/educațională a părinților*, reprezintă un tip complex de consiliere care are de soluționat, concomitent, obiective de natură psihologică și pedagogică. Ea urmărește abilitarea adulților/părinților cu competențe ce le-ar asigura formarea și funcționarea optimă a unui model psihoeducațional de autodezvoltare a personalității sale și de dezvoltare-educare a personalității copiilor lor. Consilierii educaționali au ca scop să învețe părinții a stăpâni, la nivel operațional și strategic, competențele și deprinderile fundamentale de comunicare, relaționare și educație a copiilor; de a face față cerințelor



vieții familiale în calitate de familist și părinte eficient [5]. Competențele parentale, în linii generale, includ:

- cunoașterea particularităților de vârstă, de personalitate și de gen ale adulților și copiilor, pentru a valorifica adecvat și la maximum, potențialul și posibilitățile acestora;
- însușirea/învățarea și asigurarea, exersarea organizării-desfășurării-monitorizării modului de viață sănătos și demn în cadrul familiei;
- gestionarea și controlul trăirilor afective personale și acordarea ajutorului de acest fel, copiilor pentru a le forma calitățile moral-volitive și cultura psihoemoțională;
- capacitatea de a anticipa și rezolva conflictele interne și cele interpersonale în relațiile cu semenii și copiii;
- formarea și consolidarea la copii a competențelor și deprinderilor de viață sănătoase;
- orientarea și exersarea autocunoașterii și autoperfecționării (morale, spirituale, intelectuale, psihofizice, tehnologice, estetice etc.).

Foarte frecvent la nivel teoretic, dar și practic, apare o întrebare: *Există oare diferențe între activitățile de consiliere psihologică și psihopedagogică?*

Răspunsul este evident: diferențe semnificative nu sunt, în esență scopul și misiunea acestora sunt comune: acordarea sprijinului, îndrumării și a ajutorului adulților pentru a-și onora eficient funcțiile de părinte prin acțiuni competente și forța modelului comportamental de o înaltă moralitate. Totuși, unele diferențe se pot observa la nivelul conținutului și a valorificării formelor, metodelor și tehnicilor de consiliere parentală. Considerăm oportun să analizăm câteva diferențe observate la nivel empiric.

În primul rând, atragem atenția la un fapt, care merită, credem noi, o abordare separată și mult mai detaliată, decât ne permite prezentul studiu. Aceasta poate fi desemnată prin *imaginea și reputația specialistului*, care, în viziunea noastră cuprinde un amalgam de trăsături de personalitate, competențe profesionale, inteligență, cultură emoțională, ce îmbină organic experiența specialistului cu darul persuasiunii acestuia, a charismei, a unui mod deosebit de a comunica, asculta, relaționa, a se dăruia, a fi congruent în gânduri, vorbe și fapte; a fi un model comportamental demn de urmat. Aici o importanță mare are, în situația când alegem independent consilierul, să cunoaștem ce rezultate profesionale are acesta în munca de consiliere a adulților, tinerilor, copiilor.

O altă diferență rezidă în faptul că consilierea psihopedagogică parentală, poate fi axată și pe unele aspecte ale optimizării instruirii, învățării la unele discipline școlare a copiilor, atunci, această o poate realiza doar profesorul concret, specialistul de matematică, informatică, chimie, limbă și literatură maternă, istorie, prin informarea părinților cu privire la conținutul curriculumului, metodele și strategiile utilizate în predare, învățare, evaluare etc. Motivul, care iese la suprafață: competența în domeniul vizat și centrarea pe cel ce învață (ca vârstă, aptitudini, rezerve în asimilarea materiei etc.), trebuie conștientizat de adulți în corelație cu acordarea ajutorului concret de stimulare a învățării, organizare a unui spațiu special și timp adecvat; asigurarea unui eșafodaj educativ pe măsura necesităților copilului. În acest caz, se constată că un cadru didactic eficient trebuie să cunoască materia la perfecție, curriculumul dat, metoda predării disciplinei; trebuie să fie versat și în particularitățile psihologice de vârstă, personalitate, gen; de dezvoltare a proceselor psihice cognitive; a aptitu-

dinilor, sferei moral-volitivă, dar și în teoria, metodologia, praxiologia educației copiilor și părinților, a familiei.

Evident că în astfel de situații, profesorul trebuie să depășească tehnologia didactică, să treacă de la poziția *specialistului ce deține și valorifică sarcinile de instruire și formare integrală a elevului*, la una de cel mai înalt nivel profesional – specialist de orientare și inițiere a elevilor în strategii și instrumente de achiziționare a cunoștințelor-competențelor la disciplina sa și enculturație a părinților în domeniul psihopedagogiei. Nu în zădar, un cadru didactic eficient este numit de cercetători, elevi, colegi și părinți – maiestru.

O altă diferență constă în forma și structura demersului de consiliere parentală, cu toate că astăzi tehnologia acestuia este abordată mai constructiv și lejer, aici prevalează aspectul psihoeducațional și corecțional individual (uneori în grup).

În consilierea pe care o realizează și oferă părinții copiilor săi în cadrul familiei se pot observa, practic, aceleași elemente psihopedagogice pe care le aplică specialistul, sigur, ultimul, având o pregătire specială este mult mai versat în activitatea respectivă, însă aceasta de loc nu înseamnă că părinții nu sunt în stare să fie inițiați și să se autoperfecționeze permanent în domeniul vizat, pentru a optimiza comunicarea, relaționarea, climatul moral al familiei. Bineînțeles că activitatea părinților, a educatorilor, pedagogilor și consilierilor educaționali profesioniști au mai multe tangențe decât diferențe.

În continuare vom face un succint excurs în valențele consilierii psihopedagogice parentale pentru a specifica formele și caracteristicile de bază, după criteriul situației în care se pot afla adulții consiliați. Astfel, prima formă *consilierea parentală adresată adulților centrați pe formarea-dezvoltarea propriei personalități* (pentru dezvoltare), presupune un ansamblu de acțiuni de sprijinire și îndrumare a familiștilor-

părinți sau viitorilor părinți, care se află într-un proces de parcurgere a experiențelor de învățare în scopul formării-dezvoltării propriei personalități, fie în domeniul achiziționării unor competențe de autoactualizare în rolul său social de părinte, fie de autoperfecționare morală, spirituală, intelectuală, psihofizică, estetică, tehnologică. Aceasta poate fi realizată individual, în grupuri și colectivități (de exemplu: părinții elevilor dintr-o clasă concretă sau a paralelelor/părinții elevilor claselor a V-a, a VI-a din liceu etc.). La fel, pot fi selectați și consiliați părinții care doresc să cunoască mai profund unele aspecte ale comunicării, relaționării, educației copiilor de variate vârste.

*Consilierea psihopedagogică parentală în situații de criză*, presu-pune ansamblul de acțiuni de ajutor, sprijinire și îndrumare a adulților în funcția sa de părinți, aflați într-o stare de dezorganizare și de disfuncționalitate a personalității, nevoite să se confrunte cu un șir de probleme pe care temporar nu le pot soluționa adecvat și care le produc stres, îngrijorare, anxietate și frustrare. Mai eficiente aici sunt: consilierea individuală și în grupuri mici.

*Consilierea psihopedagogică parentală preventivă* este axată pe prevenirea apariției unor probleme sau situații critice în viața familiei, la general, și viața copiilor sau a părinților, în particular. Acest fel de consiliere are un rol proactiv, încearcă să pregătească părinții sau viitorii părinți pentru a face față cu succes unor solicitări de viață previzibile și imprevizibile. Astfel, specialistul, prin consilierea parentală preventivă ar putea ține în vizor un spectru larg de aspecte: organizarea-monitorizarea modului sănătos de viață al familiei/copiilor; orientarea și ghidarea carierei școlare la variate vârste; orientarea profesională a copiilor; apariția primelor sentimente/a îndrăgostirii la adolescenți; depășirea crizelor de vârstă etc. Analiza experienței avansate demonstrează că în cadrul acestei forme de consiliere pot fi organizate mai

multe modalități de lucru cu părinții, chiar sub egida *școlilor de părinți* sau prin intermediul ședințelor, trainingurilor, meselor rotunde, a conferințelor teoretico-practice cu părinții.

*Consilierea psihopedagogică remedială sau pentru facilitarea re/adaptării la realitate* este o formă de consiliere a părinților în scopul susținerii și îndrumării acestora pentru a se adapta psihologic și comportamental la avalanșa de procese și situații de viață precum comunicarea și relaționarea cu copiii lor, care însușesc un nou statut social de elev, student; inclusiv cu managerii școlari și cadrele didactice în contextul parteneriatului educațional; interiorizarea comportamentelor de ajutorare a copilului în cadrul inserției sociale (în instituțiile preșcolare, școală, centre de creație sau sport etc.).

Evident că, abordând principalele forme de consiliere parentală, este necesar să analizăm orientările și tendințele contemporane ale consilierii psihopedagogice.

Plecând de la cele patru categorii tematice, ale consilierii psihopedagogice descrise și interpretate detaliat de I. Al. Dumitru [5, p.18-36] în lucrarea sa *Consiliere psihopedagogică. Baze teoretice și sugestii practice* (2008); de la Paradigmele psihoterapiei, elaborate și structurate de J. Wilkinson [10, p.52] conform descriptorilor-cheie și a școlilor terapeutice (comportamentală, cognitivă, psihodinamică, sistemică) și experiența noastră de consiliere a familiei, vom contura următoarele orientări care pot fi observate, atât la nivel teoretic, elucidat în sursele bibliografice de specialitate, cât și la nivel aplicativ, valorificate tot mai frecvent în consilierea psihopedagogică a părinților și a familiei:

- Consilierea este axată pe ceea ce aparține prezentului și/sau viitorului, iar psihoterapia abordează prezentul ca expresie a unei istorii ce se repetă în variate contexte, chiar și schimbate. Consilierea se centrează pe dezvoltare și facilitare, iar psihoterapia pune

accent pe intervenție, tratament și reconstrucție. Consilierea este considerată ca fiind axată pe *schimbarea evolutivă* a persoanei, în timp ce psihoterapia, pe *schimbarea revolutivă*, care presupune modificări structurale mai profunde.

- Ultimele două decenii marchează o creștere a tendințelor integrative în interiorul intervențiilor psihoterapeutice și în interiorul consilierii psihopedagogice, inclusiv și între acestea. Avantajele deschiderii specialiștilor din domeniile vizate, abordarea de tip interdisciplinar, valorificarea formelor de manifestare a integrării în psihoterapie și consiliere, urmează trei direcții: integrarea teoretică, eclecticismul tehnic și valorificarea factorilor comuni [3; 5; 8; 12].

Multitudinea și diversitatea orientărilor și tendințelor contemporane în consilierea și terapia psihică pot fi grupate în trei mari categorii, fiecare pivotând în jurul unui concept fundamental: psihodinamic, comportamental și experiențial. Acestea sunt:

1. *Consilierea și psihoterapiile de orientare psihodinamică (freudiană și postfreudiană);*
2. *Consilierea și psihoterapiile de orientare comportamentală;*
3. *Consilierea și psihoterapiile experiențiale* [5, p.17].

În *Consilierea și psihoterapiile de orientare psihodinamică* se valorifică concepția despre om și personalitatea umană, potrivit teoriei lui Z. Freud, include în structura sa trei componente psihice: *Id-ul/Sinele* – care cuprinde impulsurile, tendințele și pulsunile de natură inconștientă; *Egoul/Eul* – entitate psihică de natură conștientă aflată în contact permanent cu lumea exterioară și cu evenimentele vieții interioare a subiectului, îndeplinind un rol esențial în integrarea diferitelor aspecte ale vieții psihice și în exercitarea autocontrolului; *Superegoul/Supraeul* – alcătuit din conținuturi psihice de natură social-valorică,

predominant morală, cu rol de cenzură a manifestărilor Eului [5, p.18]. Modelul de consiliere și psihoterapie în acest caz are la bază două mecanisme esențiale: *insightul*, care constă în înțelegerea de către persoană a problemelor sale printr-o iluminare bruscă, axată, mai mult, pe analiză și intuiție și *catharsisul*, declanșarea unei izbucniri emoționale ce contribuie la reducerea tensiunii și a anxietății prin sprijinirea și incitarea persoanei să re trăiască în plan psihic experiențele trecute (plăcute sau neplăcute).

*Consilierea și psihoterapiile de orientare comportamentală*, au apărut ca reacție la consilierea și psihoterapiile de factură psihanalitică, ce puneau accentele pe forțele de natură inconștientă ale psihicului uman, considerate drept cauze ale gândirilor și manifestărilor actuale ale persoanei.

În cazul consilierii și psihoterapiilor comportamentale, la bază stau teoriile învățării, în primul rând, cele referitoare la condiționarea (clasică și operantă) și la învățarea socială. Potrivit acestor teorii, reacțiile și deprinderile adaptative și cele dezadaptative, sunt rezultatul unor procese de învățare urmate de întărirea/consolidarea socială și controlul comportamentului.

*Consilierea și psihoterapiile de orientare experiențială* pleacă de la premisa că omul este o ființă activă care dispune de un potențial latent ce trebuie realizat prin autoactualizare. Concepția despre om are la bază o filozofie umanistă și holistică, potrivit căreia omul se realizează ca om/personalitate numai prin interacțiunea nivelului intrapersonal (descoperirea propriului Eu, a potențialului său) cu cel transpersonal (relaționarea cu semenii și alte persoane, cu mediul ambiant etc.). Scopul consilierii de tip experiențial constă în dezvoltarea și formarea personalității prin actualizarea și valorizarea optimă a potențialului său, crearea unei personalități ce se va manifesta spontan, natural, autentic și

creativ, conștientizând necesitatea asigurării armoniei între corp, minte și suflet; între rațiune, vorbe și fapte/ conduită [1; 3; 4; 5; 6; 7 etc.].

Analiza experienței de consiliere psihopedagogică pe parcursul a 6 ani a permis să confirmăm tendințele unei abordări integrative și să dezvoltăm și completăm aspectele esențiale ale acesteia. Astfel, structura tridimensională a consilierii psihopedagogice, abordată într-o concepție unitar-integrativă și definită de I. Al. Dumitru, *cubul consilierii psihopedagogice* cu cele trei aspecte: *conținutul activităților de consiliere, formele/ ipostazele și modalitățile de realizare* [5, p.60-61], noi l-am dezvoltat și completat cu încă trei aspecte – *identificarea problemei și scopului consilierii; strategia, mijloacele aplicate și tehnologia eclectică*, care incumbă acumularea informației, stabilirea problemei și a scopului; selectarea și aplicarea unor mijloace, ca de exemplu: muzica, jocul, povestioarele, poveștile, metaforele terapeutice, simularea etc. și alegerea – urmarea unei strategii de tip sistemic, integrativ-eclectic prin îmbinarea optimă a metodelor, procedeele, tehnicilor în baza respectării unui șir de principii de natură umanistă, democratică, centrată pe desăvârșirea autoactualizării individului consiliat. În contextul vizat cubul consilierii psihopedagogice [5, p.61], a fost transformat de noi într-un mecanism cu o structură hexagonală, care a fost cu succes valorificat în practica consilierii parentale, realizate în cadrul activității respective. Mecanismul nominalizat poate fi reprezentat prin cele șase fațete-dimensiuni, astfel:

***Identificarea problemei și scopului consilierii - Strategia, mijloacele aplicate - Conținutul activității de consiliere - Formele/ ipostazele - Modalitățile de realizare - Tehnologia eclectică.***

În scopul identificării problemelor cu care se confruntă părinții și la care necesită ajutorul consilierului, am realizat o trecere în revistă a acestora și a formelor de consiliere psihopedagogică oferită mai frecvent familiei/ părinților (Tabelul 1).



| <b>Formele<br/>consi-<br/>lierii</b>                 | <b>Problemele identificate</b>   | <b>Numă-<br/>rul de<br/>cazuri</b> |
|--|--|------------------------------------|
| 1  | 2  | 3                                  |
| <b>Consi-<br/>liere în<br/>situații<br/>de criză</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- conflicte interioare;</li> <li>- conflicte interpersonale copii-părinți; mamă-tată-copii; puberi, adolescenți – părinți; bunici – nepoți; părinți – bunici – nepoți etc.;</li> <li>- abandon școlar;</li> <li>- reacții intrapunitive/ protest neadecvat; închidere în sine etc.</li> <li>- accidente, situații imprevizibile; întâmplări nefericite;</li> <li>- crize de vârstă, de personalitate etc.</li> </ul>          | 741                                |
| <b>Consi-<br/>liere<br/>reme-<br/>dială</b>          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- pierderea locului de muncă;</li> <li>- divorțul părinților;</li> <li>- conflicte între părinți din cauza copiilor;</li> <li>- suferirea unor accidente în trecut;</li> <li>- incapacitate de autocontrol, manifestarea unor comportamente agresive, neadecvate etc.</li> <li>- suportarea consecințelor unor traume psihice sau a distresului;</li> <li>- situații de adaptare în cazul înfierii unui copil etc.</li> </ul> | 340                                |
| <b>Consi-<br/>liere pre-<br/>ventivă</b>             | <ul style="list-style-type: none"> <li>- de cunoaștere a particularităților de vârstă, de personalitate, de gen a copiilor, adolescenților;</li> </ul>   |                                    |

| 1   | 2  | 3                                       |
|---|--|---|
| <b>Consi-<br/>liere pre-<br/>ventivă</b>                | <ul style="list-style-type: none"> <li>- cunoașterea drepturilor și a factorilor de protecție a copilului;</li> <li>- specificul dezvoltării aptitudinilor și a creativității în cadrul familiei;</li> <li>- funcțiile familiei și realizarea lor partenerială de către părinți;</li> <li>- autocontrolul emoțiilor și managementul stresului;</li> <li>- cultura comunicării și relaționării cu copiii și adolescenții;</li> <li>- orientarea și ghidarea carierei școlare a copilului;</li> <li>- orientarea profesională a adolescenților etc.</li> </ul>   | <p style="text-align: center;">930</p>  |
| <b>Consi-<br/>liere<br/>pentru<br/>dezvol-<br/>tare</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- conținutul factorilor și mecanismele care determină dezvoltarea psihică și fizică umană;</li> <li>- conținutul și modalitățile de organizare – monitorizare a modului sănătos și demn/moral de viață în cadrul familiei;</li> <li>- metode și strategii de autoperfecționare morală, spirituală, psihofizică, intelectuală, estetică etc.</li> <li>- funcționalitatea cognitivă adecvată și conduita eficientă a persoanei;</li> <li>- dezvoltarea armonioasă și formarea caracterului integru al persoanei/ copil, puber, adult, adolescent;</li> <li>- aspecte de parteneriat educațional etc.</li> </ul> | <p style="text-align: center;">1811</p> |

Este pozitiv faptul că părinții sunt cointeresați în dezvoltare și anticiparea unor situații dificile, astfel din 3822 de cazuri, 1881 au fost consiliați părinții, care au optat pentru cunoașterea și formarea competențelor sale de dezvoltare optimă.

În finalul studiului, considerăm oportun să indicăm unele momente pe care trebuie să le conștientizeze părinții ce vor apela la ajutorul și asistența consilierului educațional, după cum urmează:

- să depună efort intelectual, moral și volitiv de manifestare a modelelor comportamentale demne de urmat pentru copii;
- să se axeze pe o gândire, comunicare și relaționare pozitivă cu semenii și copiii lor;
- să se documenteze, să-și dezvolte aptitudinile și competențele de familist și părinte;
- să elaboreze și să urmeze un program de autoperfecționare permanentă.

Înainte de a se adresa la consilier, adulții trebuie să schițeze un plan în care sunt obiectiv și clar creionate problemele/dificultățile apărute, durata și caracteristicile manifestării acestora, inclusiv încercările părinților de a le anihila sau lichida. Observațiile și experiența de consiliere a familiei/părinților demonstrează că pregătirea prealabilă a adulților pentru a se adresa la specialistul vizat, asigură eficiența acțiunilor de intervenție și asistență psihopedagogică.

### **Lecturi recomandate:**

1. Baban A. (coord.). Consiliere educațională. Cluj-Napoca: Editura Psinet, 2001.
2. Cuznețov L. Tratat de educație pentru familie. Pedagogia familiei. Chișinău: CEP USM, 2008.
3. Dafinoiu I. Elemente de psihoterapie integrativă. Iași: Polirom, 2007.

4. David D. Tratat de psihoterapii cognitive și comportamentale. Iași: Polirom, 2006.
5. Dumitru I.A.I. Consiliere psihopedagogică. Iași: Polirom, 2008.
6. Holdevici I. Psihoterapii scurte. București: Editura Ceres, 2000.
7. Knowles M.S., Holton E.F., Swanson R.A. The Adult Learner. Houston: Gulf Publishing Company, 1988.
8. Norcross J.C., Goldfried M.R. Psychotherapie integrative. Paris; Desclée de Brouwer, 1998.
9. Segalen M. Sociologia familiei. Iași: Polirom, 2011.
10. Wilkinson I. Child and Family Assesment. London-New York: Routledge, 1998.
11. Zlate M. Psihologia la răspântia mileniilor. Iași: Polirom, 2001.
12. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкас В. Психология и психотерапия семьи. Санкт-Петербург-Харьков-Москва-Минск: Питер, 1999.

### Anexa 3:

#### ATITUDINILE ȘI COMPORTAREA CONSILIERULUI: UN EVENTUAL COD DEONTOLOGIC ȘI UNELE ELEMENTE TEHNOLOGICE

Procesul de consiliere implică o relație specială între consilier și persoana consiliată, relație bazată pe responsabilitate, confidențialitate, încredere și respect. Orice proces de consiliere trebuie să implice asumarea de către consilier a respectării unui sistem de valori și al unui cod deontologic. Atitudinile fundamentale ale consilierului, în absență nu-și atinge scopurile, sunt:

#### **Acceptarea necondiționată**

Această atitudine are la bază următoarele **principii**: *fîința umană este valoroasă și pozitivă prin esența sa*, deoarece are capacitatea de a alege responsabil, de a-și asuma propria viață. *Acceptarea este atitudinea de recunoaștere a demnității și valorii personale a fiecărui individ, fără a critica, judeca și, mai ales, fără a condiționa aprecierea persoanei (Te voi aprecia, dacă...)*. Acceptarea necondiționată este premisa fundamentală a procesului de dezvoltare personală și de optimizare a funcționării per-soanei. Acceptarea nu este echivalentă cu aprobarea oricărei atitudini sau oricărui comportament și nici nu presupune aprobarea/deza-probarea a ceea ce spune sau simte persoana. De aceea nu este indicată utilizarea evaluărilor de genul: *nu așa ar trebui să simți, băieții nu trebuie să plângă*. Riscul aprobării/dezaprobarii individualității constă în faptul este că persoana își poate percepe valoarea numai prin prisma interpretărilor și evaluărilor pe care le face consilierul. Acceptarea nu este nicio atitudine de indiferență/neutralitate față de ceea ce gândește sau, mai ales, simte o persoană (*Nu este nicio problemă*). Efectul unei astfel de atitudini este invalidarea modului în care o persoană percepe diferit un eveniment ori o situație, sau ignorarea tensiunilor copilului.

## **Empatia**

Empatia este abilitatea subiectului de a te transpune în locul altei persoane, de a înțelege modul de gândire și simțire al acesteia. Empatia se dezvoltă prin însușirea abilităților de comunicare verbală, nonverbală și paraverbală. Ea presupune o anumită doză de compasiune.

## **Congruența**

Congruența se referă la concordanța dintre comportamentul consilierului și convingerile, emoțiile și valorile sale personale, definind autenticitatea comportamentului său. Congruența psihocomportamentală a consilierului și beneficiarului este generată de acordul dintre convingerile, trăirile emoționale și exprimările verbale și nonverbale ale acestora. Lipsa de autenticitate conduce la pierderea relației de încredere cu consiliați.

## **Colaborarea**

Colaborarea este capacitatea consilierului de a implica persoana sau grupul de persoane în deciziile de dezvoltare personală. Consilierul nu trebuie să împiedice persoana ce oferă soluții pentru problemele sale, ci trebuie să fie un facilitator activ al procesului de dezvoltare personală a copilului/adolescentului sau a părintelui, abilitându-i pe aceștia în a găsi soluții proprii pentru problemele cu care se confruntă.

## **Gândirea pozitivă**

Activitățile de consiliere trebuie să fie focalizate pe dezvoltarea imaginii și respectului de sine a beneficiarului; a provocării, gândurilor constructive, responsabilității personale, formării atitudinii pozitive față de viață.

## **Responsabilitatea**

Responsabilitatea se explică prin respectarea principiilor fundamentale ale consilierii, prin prevenirea utilizării greșite a cunoștințelor și metodelor de consiliere, prin evitarea oricărei acțiuni care ar dăuna celor consiliați.

## **Competențele consilierului**

Pentru desfășurarea cu succes a activităților de consiliere, sunt necesare următoarele competențe fundamentale ale consilierului.

### **Ascultarea activă**

Ascultarea/receptarea activă oferă suportul unei bune comunicări între consilier și consiliat. Ea contribuie la încurajarea persoanei în direcția comunicării. Baza ascultării active o constituie comportamentul de așteptare, manifestat prin:

- adoptarea unui limbaj corporal adecvat;
- stabilirea unui contact vizual direct;
- adecvarea calităților vocale;
- constanța verbală;
- evitarea etichetărilor.

În ascultarea activă consilierul trebuie să evite:

- a fi neatent; a asculta superficial;
- a reacționa negativ la subiectele care contravin opiniei proprii;
- a asculta fără a înțelege mesajul și a nu cere informații suplimentare;
- a se simți amenințat pentru faptul că persoana posedă alte valori;
- a întrerupe interlocutorul.

### **Observarea**

Observarea comportamentului permite o înțelegere mai reală a mesajului transmis, a stării afective a interlocutorului. Observarea are doi indicatori importanți:

- comportamentul nonverbal, ce reprezintă, aproximativ, 85% din comunicarea persoanei, și care este oferit printr-o diversitate de semne legate de postură, mișcare, gesturi, mimică;

- comportamentul verbal reprezentat prin elemente semnificative: cuvinte-cheie, particularități ale modului de gândire (optimist, pesimist), stil verbal de a percepe lumea (*simt că se întâmplă ceva...*).

Discrepanțele dintre cele două conduite menționate, dificultățile în procesul de observare apar atunci când se trece de la simpla observare a unor comportamente la interpretări personale ale acestora.

### **Adresarea întrebărilor**

Întrebările ajută beneficiarii în clarificarea sentimentelor, convingerilor, atitudinilor și valorilor personale. Întrebările pot fi închise, deschise, justificative, ipotetice. Întrebările închise sunt cele ce generează răspunsuri în termeni de DA și NU.

Aceste întrebări duc, de cele mai multe ori, la întreruperea comunicării. Avantajul major al acestor întrebări este focalizarea discuției și obținerea de informații exacte despre un anumit aspect (*locuiești cu familia?*). Întrebările deschise ajută subiectul să-și exprime atitudine, valorile, sentimentele și opțiunile asupra unei probleme abordate. Ele facilitează procesul de comunicare prin invitația de a descrie situația: *Ai putea să-mi spui mai multe despre ...* Întrebările justificative îndeamnă interlocutorul să identifice cauze sau motive. Aceste întrebări sunt asociate cu sentimentul de vină și nu sunt recomandate a fi utilizate în consiliere.

Întrebările ipotetice sunt utile pentru vizualizarea consecințelor pozitive sau negative ale unor acțiuni și pentru luarea în considerație a unor alternative diferite de acțiune (*Cum ai vrea să fi peste 5 ani?*).

### **Oferirea de Feedback**

Feedback-ul susține comunicarea autentică între consilier și consiliat. Caracteristicile feedback-ului sunt:

- focalizarea pe aspecte pozitive, scopul lui fiind de a susține și ajuta pe părinte sau copil și nu de a-l evalua sau judeca;
- specificitatea;



- trebuie să fie descriptiv și nu evaluativ sau critic; nu se recomandă utilizarea cuvintelor *bun*, *rău* și a cuvintelor ce derivă din ele pentru că nu oferă nicio informație despre comportamentul specific pe care trebuie să îl dezvolte consiliatul;
- centrarea pe acele comportamente și atitudini ce pot fi schimbate;
- oferirea de alternative comportamentale; dacă se oferă feedback pentru acele aspecte care nu pot fi schimbate, se generează o stare de conflict și tensiune emoțională;
- feedback-ul trebuie să fie imediat oferit pentru consolidarea comportamentului;
- feedback-ul trebuie să se adreseze comportamentului unei persoane și nu persoanei/subiectului consiliat.

### **Furnizarea de informații**

În funcție de cunoștințe, atitudinile și abilitățile pe care le identifică consilierul la nivelul beneficiarilor trebuie să transmită informații.

## **UNELE ELEMENTE TEHNOLOGICE**

### **Parafrazarea**

Parafrazarea este abilitatea de reformulare a ceea ce este esențial în mesaj. Are ca obiectiv clarificarea aspectelor legate de subiectul sau problema în discuție. Parafrazarea se referă la utilizarea unor fraze care comunică persoanelor că mesajul a fost înțeles: *Ceea ce spui tu se referă la..., Cu alte cuvinte...* Totodată, parafrazarea permite consilierului să clarifice dacă a înțeles corect mesajul transmis de cu consiliați. Este important ca specialistul să nu utilizeze alte cuvinte sau informații pe

care beneficiară nu le-au transmis în mesaj, pentru a nu da o interpretare personală a mesajului și a nu influența direcția comunicării.

### **Reflectarea/Reflecția**

Reflectarea/reflecția este expresia înțelegerii de către consilier atât a conținutului informațional cât și a stării emoționale transmise de cu consiliat. Ea oferă acestuia sentimentul că este ascultat și că ceea ce exprimă sau trăiește, este important. Prin reflecție consilierul ajută elevul să se clarifice pe sine și validează trăirile emoționale ale acestuia. Scopurile reflectării/reflecției sunt:

- să verifice înțelegerea celor relatate de interlocutor;
- să îi comunice interlocutorului înțelegerea și acceptarea necondiționată;
- să stabilească o relație bazată pe încredere.

Reflectarea/reflecția se poate realiza:

- utilizând o frază care denotă modul personal al persoanei de a recepționa informația (*Spuneai că simți...*);
- folosind o etichetă emoțională care să traducă fie o stare clară, fie una ambivalentă (*Pari fericit și nefericit în același timp*);
- folosind anumite timpuri ale verbului (*Ai fost trist...*);
- verificând, de care ori este necesar, receptarea unui sentiment implicit (*Ești nemulțumit, am înțeles bine...*).

### **Sumarizarea**

Sumarizarea este o modalitate de a concentra într-o manieră organizată aspectele importante ale discursului interlocutorului. Se utilizează pentru stabilirea priorităților și alternativelor de abordare a unei teme sau pentru clarificarea perspectivelor persoanei asupra alternativelor de abordare a unei probleme.

## **Deontologia consilierului**

### **Independența:**

- consilierul trebuie să fie neutru și independent;
- consilierul trebuie să ia în considerare interesele personale ale beneficiarului și nu altor interese (politice, ale autorităților sau ale altor instituții).

### **Deschiderea:**

- consilierul trebuie să fie atent la cadrul de desfășurare a activității de consiliere;
- consilierul trebuie să fie deschis la orice relație cu o instituție sau autoritate;
- în cazul în care consilierul este obligat să transmită informații care ar putea controla sau limita persoană, acestea trebuie făcute cunoscute beneficiarului.

### **Confidențialitatea:**

- ședința cu clientul trebuie să fie confidențială. În cazul în care consilierul este prin lege obligat să dea informații despre acesta, el trebuie să-l informeze pe acesta și să-i ceară consimțământul;
- consilierul nu evaluează persoanele ci faptele, comportamentele în sine;
- informațiile oferite clientului trebuie să fie corecte și actuale;
- consilierea trebuie să fie adecvată și să includă aspecte relevante.

### **Respectul:**

- consilierea se bazează pe respectul față de persoană și pe dreptul ei la autodeterminare;
- punctul de vedere central în consiliere îl constituie integritatea persoanei și libertatea acesteia de a alege și de a lua decizii;

- consilierul nu trebuie să aibă o atitudine superioară în raport cu beneficiarul;
- consilierul trebuie să respecte echilibrul între stimulare și reflectare;
- provocarea spre reflecție trebuie îmbinată cu respectarea intereselor consiliatului.

**Consilierul exersează propria judecată etică, fiind în permanență preocupat de următoarele aspecte:**

- o profundă explorare a bazelor științifico-aplicative și filosofice ale consilierii;
- examinarea propriilor atitudini în cadrul și în afara relației de consiliere;
- dezvoltarea unei alianțe/parteneriat cu persoana în care să existe puteri egale în relație; responsabilitate tot mai mare pentru menținerea propriei competențe profesionale;
- receptivitate la opiniile exterioare în luarea deciziilor etice corecte și adecvate.

## Bibliografie

1. *Băban, A.* (coord.) (2001), *Consiliere educațională*, editura Psinet, Cluj-Napoca.
2. *Blocher, H.D.* (2000), *Counseling. A Developmental Approach*, ed. A IV-a, John Wiley Sons Inc, New York.
3. *Cosnier J.* (2002), *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, Polirom, Iași.
4. *Cuznețov Larisa* (2013), *Filosofia practică a familiei*, CEP USM, Chișinău.
5. *Dașinoiu, I.* (2000), *Elemente de psihoterapie integrativă*, Editura Polirom, Iași.
6. *Dumitru, I. Al.* (2001a), *Personalitate, atitudini și valori*, Editura de Vest, Timișoara.
7. *Dumitriu, I. Al.* (2001b), *Educație și învățare. Aspecte psiho-individuale, psihosociale și manageriale*, Editura Eurostampa, Timișoara.
8. *Dumitru, I. Al.* (2008), *Consiliere psihopedagogică*, Polirom, Iași.
9. *Gardner, H.* (2005), *Mintea disciplinată. Educația pe care o merită orice copil, dincolo de informații și teste standardizate*, Editura Sigma, București.
10. *Konya, Z., Konya, A.* (2012), *Terapie familială sistemică*, Iași, Polirom.
11. *Lazarus, A.A.* (1998), „La therapie multimodale: eclecticisme methodique et integration minimale”, în J.C. Nacross, M.R. Goldfried (eds), *Psihoterapie integrative*, Desclee de Brouwer, Paris.
12. *Maslow, A.* (2007), *Motivație și personalitate*, Ed. Trei, București.

13. *Negovan, V. (2005), Introducere în psihologia educației*, Editura Universitară, București.
14. *O'Brien, Houston G. (2009), Terapia integrativă. Ghid practic*, Polirom, Iași.
15. *Rogers, C.R. (1974), La relation d'aide et la psychotherapie*, ESF, Paris.
16. *Tomșa, Gh. (coord.) (1996), Dicționar de orientare școlară și profesională*, Editura Afeleu, București.
17. *Tomșa, Gh. (1999a), Consilierea și orientarea în școală*, Casa de Editură și Presă Viața Românească, București.
18. *Tomșa, Gh. (1999a), Orientarea și dezvoltarea carierei la elevi*, Casa de Editură și Presă Viața Românească, București.
19. *Zlate, M. (2004), Tratat de psihologie organizațional-managerială, vol.I*, Editura Polirom, Iași.
20. *Knowles, M.S. (1984), The art and Science of helping Adults learning. J.Bass, San Francisco.*
21. *Woolfolk, Anita E. (1995), Educational psychology, the complexity of the Classroom*, Allyn and Bacon, Boston, Londra, Toronto, Sydney, Tokyo, Singapore.
22. *Баркан А. (2000), Практическая психология для родителей или как научиться понимать своего ребенка*, Аст-Пресс, Москва.
23. *Дубровина И.В. (1991), Школьная психологическая служба*, Педагогика, Москва.

Larisa Cuznețov

**CONSILIEREA PARENTALĂ**

**GHID METODOLOGIC**

Semnat pentru tipar Formatul  $60 \times 84 \frac{1}{16}$ .  
Coli de autor. Coli de tipar. Comanda \_.  
Tirajul 200 ex.

Tipografia Primex-Com  
SRL Chișinău, str.  
Armenească, 25 tel. 27-53-  
05