

FACTORI FUNDAMENTALI AI DEZVOLTĂRII PSIHICE

Subiectul uman poate fi studiat și înțeles din punct de vedere cognitiv, emoțional, comportamental și biologic. Astfel personalitatea unică și originală poate fi definită ca o construcție socială ca un patern cognitiv, emoțional, comportamental și biologic al unei persoane care :

1. Îi definește stilul personal
2. Îi influențează interacțiunea cu mediul

Dezvoltarea scurtă sau ontogeneza este reprezentată în totalitatea schimbărilor esențiale bio-psiho-sociale,

individuale ,care au loc pe parcursul vieții fiecărui om .Principalii factori ai dezvoltării sunt:

Ereditatea, mediul și educația

Ereditatea este însușirea fundamentală a materiei de vii de a transmite de la o generație la alta mesajele de specificitate sub forma codului genetic. În planul dezvoltării psihice, ea apare ca un complex de predispoziții și potențialități și nu ca un inventar de capacități și trăsături deja formate. Ereditatea este premisa biologică a dezvoltării . Obiectivitatea ei are caracter probabilistic și oferă individului o șansă sau o neșansă. Acestea nu sunt însă implacabile.

Mediul este constituit din totalitatea elementelor cu care individul interacționează, direct sau indirect, în procesul devenirii sale. Mediul este o structură complexă ce include o multitudine de aspecte: de la elementele mediului natural –climă, relief etc, până la cele ale mediului social imediat-familie grup de prieteni etc. Prezența mediului ca factor ontogenetic poate fi analizată prin natura și calitatea influențelor normative temporale (socio-culturale: nivel ocupațional, calitatea vieții, cerințele sociale sau istorice: războaie, epidemii, cataclisme naturale. Este suficient să ne gândim la supraviețuirea Hiroșimei, la momentul 68 pentru tineretul francez sau la generația holocaustului.

Educația se definește ca fiind activitatea specializată, specific umană, care mijlocește și susține, în mod conștient dezvoltarea. Toți indivizii umani dispun de capacitatea asimilării diverselor influențe educative; ceea ce-i deosebește de timpuriu este zona proximei dezvoltări. Astfel doi copii cu un nivel de dezvoltare sensibil egal, puși în aceeași situație de învățare, prin interacțiunea cu adultul pot avea performanțe deosebite. Acest fapt atestă că învățarea la rândul ei, intervine ca element obligatoriu și diferențiator în ontogeneză.

Astăzi analiza factorilor ontogenetici nu mai operează cu întrebările: cine influențează dezvoltarea sau cu cât contribuie fiecare. Efortul cercetării caută răspunsuri la întrebarea cum interacționează factorii ontogenetici. Dezvoltarea fizică, cognitivă, afectivă, socială și a personalității reprezintă principalele domenii de analiză ale acestui proces. Ele sunt studiate din două perspective complementare:

Structurală (etapele/vârstele ciclului vieții) și Dinamică (stadiile ontogenetice ale unui fenomen psihic sau altul)

Deși nu există încă o teorie unitară a dezvoltării, în cadrul fiecărui domeniu al dezvoltării există teoretizări remarcabile: S. Freud (dezvoltarea afectivă), J.Piaget (dezvoltarea inteligenței), L. Kohlberg (dezvoltarea judecății morale), E.Erikson (dezvoltarea psihosocială). O privire de ansamblu asupra dezvoltării la vârstele școlare reunește principale caracteristici ale dezvoltării fizice, cognitive



, sociale și de personalitate. Adolescența se individualizează între celelalte etape ale ciclului vieții prin statutul său de vârstă de tranziție. Acest fapt este bine ilustrat de fenomenul pubertar și de transformările în planul cunoașterii de sine.

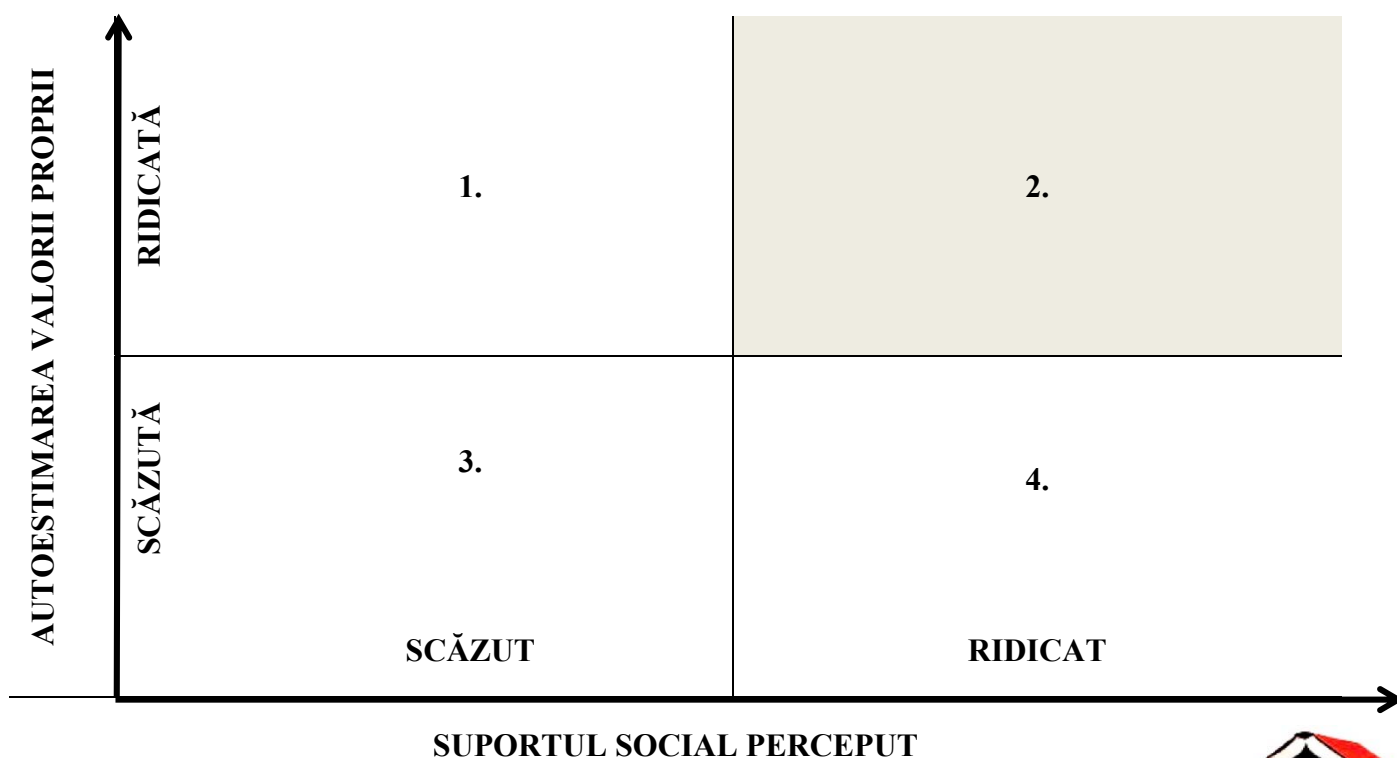
În teoria psihologică există un relativ consens în a admite că valorizarea de sine, *nevoia de a se stima* și de a fi *stimat*, este un element fundamental pe tot parcursul vieții. În perioada adolescenței, globalitatea evaluării de sine se accentuează și se deplasează spre trăsăturile interne și stabile. Ideile sentimentele, relațiile și rolurile sociale, atitudinile devin treptat puncte de referință în aprecierea valorii de sine. Cercetarea psihologică indică faptul că două din idei au o relevanță deosebită pentru stima de sine:

Aparenta fizică și acceptarea socială

Stima de sine se definește în general ca fiind rezultatul estimării proprii valori. Ea se manifestă ca satisfacția sau insatisfacția pe care omul o asociază imaginii de sine, conștient sau nu. Stima de sine este o dimensiune fundamentală pentru orice ființă umană, indiferent că este copil, adult, vârstnic, indiferent de cultură, personalitate, interese, statut social, abilități. Stima de sine se referă la modul în care ne evaluăm pe noi înșine, cât de „buni” ne considerăm comparativ cu propriile expectații sau cu alții. Stima de sine este dimensiunea evaluativă și afectivă a unei origini de sine. Există o relație de cauzalitate între formarea stimei de sine la elevi și acceptarea necondiționată ca atitudine a profesorului sau adultului în general. Mesajul de valoare și unicitate transmis de adult este foarte important în prevenirea neîncrederii în sine. Un eșec nu trebuie perceput ca un simptom al non valorii, ci ca o situație ce trebuie rezolvată.

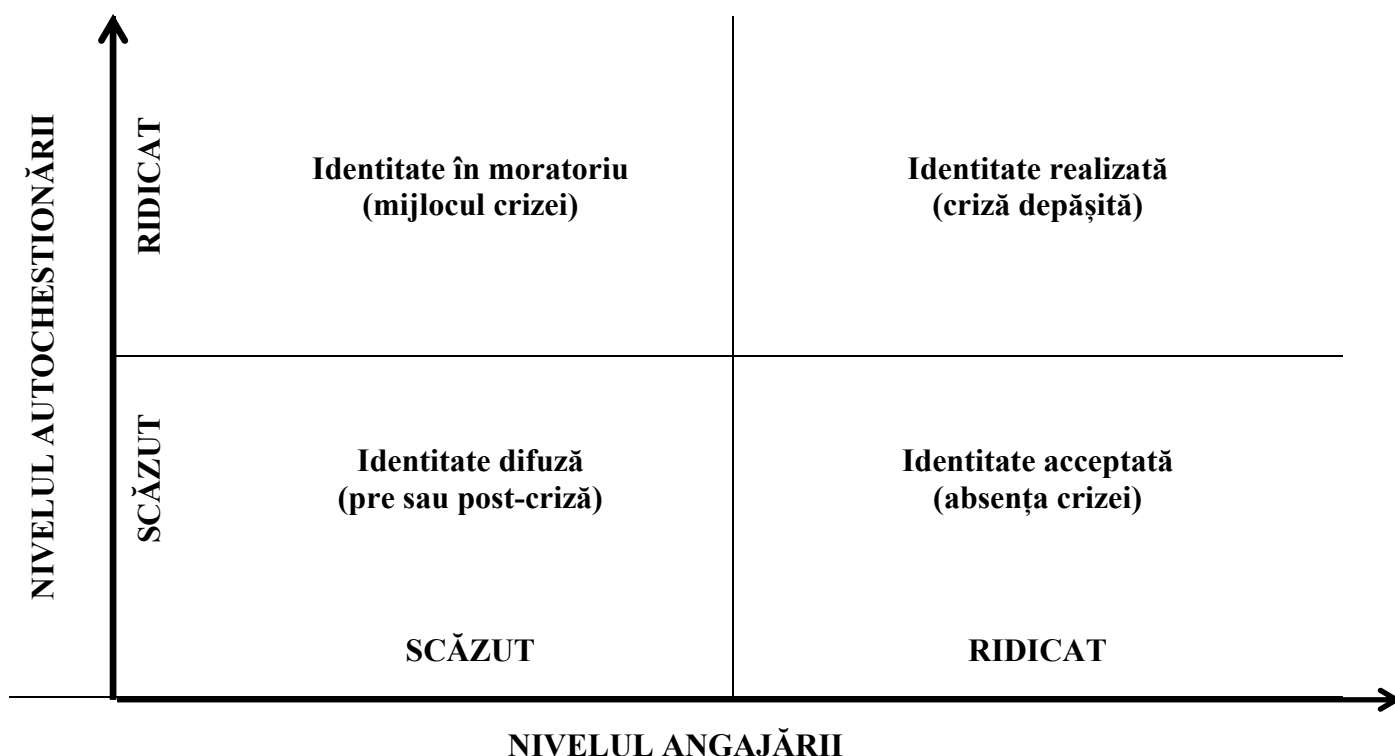
Nivelul stimei de sine

Cadrane tipologice



Stări identitare





Elevii cu stimă de sine pozitivă :

- Își asumă responsabilități (pot să fac acest lucru)
- Se comportă independent (mă descurc singur)
- Sunt mândri de realizările lor (sunt mândru pentru că sunt important)
- Realizează fără probleme sarcini noi (sunt convins că pot să fac acest lucru)
- Își exprimă atât emoțiile pozitive cât și cele negative (îmi place de mine așa cum sunt.

Sunt supărat când vorbești așa cu mine)

- Oferă ajutor și sprijin celorlalți colegi (am nevoie de ajutorul tău)

Elevii cu stimă de sine scăzută

- Sunt nemulțumiți de felul lor de a fi (Nu sunt bun de nimic. Nu sunt în stare să fac asta. Nu am nici o calitate)
- Evită să realizeze sau să se implice în sarcini noi (Nu voi fi în stare să iau concursul)
- Se simt neubiți și nevaloroși (Sunt antipatic. Nu mă place nimeni. Sunt plictisitor. Îi blamează pe ceilalți pentru nerealizările lor (Profesorul a fost nedrept cu mine)
- Pretind că sunt indiferenți emoțional (Nu mă interesează ca am luat nota 4 la...)
- Nu pot tolera un nivel mediu de frustrare (Nu știu să rezolv problema. Nu pot să învăț.)
- Sunt ușor influențabili (Prietenii mei cred că este bine să)
- Nu își asumă responsabilități, este prea „cuminte”
- Pare rebel, nepăsător

Profesorii, mai ales profesorii diriginți (consilieri), pot să fie suportivi în ce privește identificarea, exprimarea și controlul emoțiilor negative



- Încurajarea elevilor în exprimarea propriilor emoții într-un mediu sigur, aprobator
- Elevii trebuie ajutați să găsească cele mai potrivite căi de exprimare a emoțiilor
- Elevii pot fi învățați să își folosească imaginația în exprimarea emoțiilor: „Ce ți-ar fi plăcut să-i spui celui care te-a enervat?”
- Se pot povesti elevilor situații trăite anterior sau povești asemănătoare cu cele trăite de ei în momentul respectiv
- Adultul trebuie să fie un model în managementul eficient al emoțiilor negative
- Tirania lui este necesar să fie îndepărtată. Modificarea lui **TREBUIE** ca modalitate de prevenire a sentimentului de non valoare impune profesorilor și diriginților să găsească modalități de îmbunătățire a stimei de sine prin:
 - Crearea în școală și familie a cât mai multor oportunități de succes, situații în care elevii să-și identifice punctele tari.
 - Crearea unor situații în care elevii să-și exprime în grup calitățile sau punctele tari
 - Crearea de situații în care de elevii să aibă oportunitatea de a oferi ajutor celorlalte persoane – activități de voluntariat, centre pentru copii cu nevoi speciale, cămine de bătrâni.
 - Identificarea domeniilor de competență ale elevului și crearea situațiilor în care acestea să fie utilizate cu succes
 - Identificarea surselor de suport social, emoțional, instrumental, informațional
 - Dezvoltarea abilităților de comunicare, negociere, rezolvare de probleme, abilitățile de a face față situațiilor de criză
 - Dezvoltarea sentimentului de auto-eficacitate
 - Elevii trebuie învățați să se accepte pe ei înșiși chiar și când se simt dezamăgiți sau abătuți.

Pentru ca elevii să dezvolte stima de sine profesorii trebuie :

- Să exprime expectanțe rezonabile față de vârsta elevilor
- Să planifice din timp activitățile. Elevii trebuie ajutați să depășească situațiile dificile
- Să formuleze clar ceea ce așteaptă de la elevi .
- Să se focalizeze asupra aspectelor pozitive ale elevilor. Trebuie să se folosească fiecare ocazie pentru a-i lăuda pe elevi și a le întări fiecare comportament pozitiv și eforturile. Exemplu: „Mi-a plăcut foarte mult povestirea ta despre vacanța de vară, dar scrisul m-a făcut să citesc mai greu. Te rog să o copiezi cât mai caligrafic posibil, astfel încât să poată citi și alți colegi povestea ta (iață un exemplu de adresabilitate nonviolentă posibilă a unui dascăl).
- Să ofere posibilități și opțiuni elevilor și de câte ori este posibil - exemplu-„Mai avem destul timp ca să mai facem o problemă la matematică. Vă rog alegeți voi care va fi aceea”
- Să ofere recompense. Scopul pe care trebuie să-l atingă elevul trebuie să se poată realiza depunând un efort rezonabil. Recompensa nu trebuie să fie extravagantă.



DECALOGUL COMUNICĂRII

1. Nu poți să nu comunici
2. A comunica presupune cunoașterea de sine și stimă de sine
3. A comunica presupune conștientizarea nevoilor celuilalt
4. A comunica presupune a ști să ascuți
5. A comunica presupune a înțelege mesajele
6. A comunica presupune a da feedback-uri
7. A comunica presupune a înțelege procesualitatea unei relații
8. A comunica presupune a ști să-ți exprimi sentimentele
9. A comunica presupune a accepta conflictele
10. A comunica presupune asumarea rezolvării conflictelor

Prof. Adrian Ivan

Liceul Teoretic "Grigore Moisil" Tulcea

