

# Buletin Informativ

CENTRUL JUDEȚEAN DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ EDUCAȚIONALĂ GORJ

## Invitație la sănătate

### PUNCTE DE INTERES:

- **Consiliere Psihopedagogică**
- **Terapie logopedică**
- **Evaluare și orientare școlară și profesională**
- **Activități metodico-științifice**
- **Documentare**

*“Dacă nu poți zbura, atunci aleargă, dacă nu poți alerga, atunci mergi, dacă nu poți merge, atunci plutește în pași de dans spre infinit!”*

Este mesajul automotivant al elevilor clasei a VII-a din Școala Gimnazială Constantin Săvoiu din Tg-Jiu, care, după ce au parcurs modulele de consiliere școlară din proiectul, ”Invitație la sănătate!”, inițiat de CJRAE Constanța și implementat de consilierul școlar, au dorit să se exprime prin dans, în cadrul concursului ”Dansez pentru sănătate!”, desfășurat la Constanța.

Însoțiți de profesorul de sport al școlii, au demonstrat că spiritul de echipă,



cooperarea, implicarea și proiectarea performanței, nu au fost în zadar.

S-au întors cu premiul I și cu multă încredere în forțele proprii.

*„Ceea ce la început părea un vis, un obstacol greu de depășit, s-a dovedit a fi o activitate încununată de succes, și asta pentru că am fost metodici, am avut răbdare și pas cu pas am*

*aplicat ceea ce am învățat”,*

(Alexia Ardereanu, clasa a VII-a E).

*„Am îmbinat utilul cu plăcutul, pentru că noi știm că sănătatea este pe primul loc, iar dansul a fost nu numai plăcere ci și un mod de exprimare a ceea ce ne reprezintă”,* (Noelia Dumitru, clasa a VII-a E).

Prof. consilier școlar,  
Dan Elena

### CUPRINS :

I	
Invitație la sănătate	1
Fenomenul BULLYING în școli	1
ADHD și tulburările de limbaj	2
De la inocent la dependent	2
Campania educațională “Internetul în viața noastră!”	3
Metafora în consiliere	3
Cartea lunii	4

## Fenomenul BULLYING în școli

În luna octombrie 2019 am realizat la mai multe clase din Școala Gimnazială „Pompiliu Marcea” Tg-Jiu activitatea cu tema- ”Fenomenul BULLYING în școli”. Am ales această temă pentru ca elevii să identifice modalitățile de prevenire și combatere ale acestui fenomen. La nivel internațional acest fenomen este cunoscut și studiat, însă în România există un număr foarte mic de specialiști în domeniul bullying-ului și foarte puține programe de prevenire și stopare a acestui fenomen. Comportamentul de bullying se face simțit mai ales atunci când există diferențe de ordin economic, rasial, cultural, de vârstă etc., iar copiii îl învață de la adulți,

copiii mai mari, televizor. Obiectivul general al activității a



constat în dezvoltarea unor relații pozitive, de înțelegere și toleranță între membrii grupului din care fac parte. În cadrul acestei activități elevii au înțeles semnificația cuvântului BULLYING; au învățat definiția, caracteristicile și tipurile fenomenului de BULLYING; au învățat să

identifice profilul agresorului și al victimei și ce comportament să adopte atunci când se confruntă sau sunt martorii fenomenului de BULLYING. Activitatea a avut un real succes în rândul elevilor, aceștia participând activ și cu interes.

Prof. consilier școlar,  
Chitigiu Elena-Loredana

## ADHD ȘI TULBURĂRILE DE LIMBAJ

Tulburarea de deficit de atenție/ hiperactivitate (ADHD) este o tulburare caracterizată prin simptome ca lipsa de atenție și / sau impulsivitate - hiperactivitate.

La aproximativ 80% dintre copiii cu această afecțiune, simptomele persistă în adolescență și pot continua până la maturitate

Evoluția copilului este influențată de mai mulți factori: familia, mediul școlar, abilitatea cognitivă, conștiința de sine.

**Comunicarea verbală** a copiilor / școlarii mici diagnosticați cu ADHD este limitată și fragilă, reflectându-se în manifestarea comportamentului agitat, hiperkinetic, cu deficit de atenție. Aceștia au un limbaj deteriorat pe componenta de expresivitate și capacitate de a-și gestiona timpul zi de zi.

Corectarea tulburărilor de limbaj presupune un număr variabil de ședințe, în funcție de dificultățile pe care le întâmpină copilul, dar și de felul în care el evoluează pe parcurs. Fiecare copil are un ritm al său și de aceea nu se pot obține rezultate imediate.

Evaluarea inițială se realizează prin



aplicarea de probe care să surprindă aspecte cu privire la: conținutul limbajului / vorbirii, sensul, cantitatea și calitatea vocabularului, exprimarea literară, fonetică, lexicală.

În ceea ce privește pronunția, copiii cu ADHD, deformează unele cuvinte, iar pe altele chiar le elimină din vorbire, înlocuindu-le cu gesturi sau prin expresii de mimică.

În unele situații apare o pronunție relativ corectă a sunetelor izolate, însă la nivelul silabelor și cuvintelor se constată unele denaturări prin substituirea, omisiunea sau inversarea sunetelor.

Aceste tulburări se datorează neînțelegerii semnificației cuvintelor și determină, în mod evident, afectarea accentului și a ritmului

vorbirii.

Experiența personală în acest sens mă determină să concluzionez astfel.

Între comunicarea verbală a copilului / școlarii obișnuit / normal și cea a celui cu ADHD există diferențe semnificative; Există o relație nemijlocită între limbaj și deteriorarea acestuia la copiii / școlarii cu ADHD pe component de expresivitate; Evaluarea continuă, individualizată a dinamicii comunicării și intervenția specializată timpurie asigură identificarea eficientă a dificultăților și progreselor copiilor / școlarii cu ADHD, determinând optimizarea reușitei prin programe de intervenție personalizată.

Prof. logoped,  
Mitelea Ileana

În cadrul Campaniei 19 zile de prevenire a abuzurilor și violențelor asupra copiilor și tinerilor, la Casa de



cultură Motru a avut loc activitatea educativă „Un pas care trebuie făcut cu dreptul!”.

Au participat peste 150 de elevi ai Școlii Gimnaziale Nr. 1, însoțiți de părinți și cadre didactice, alături de specialiști din domeniul sănătății, educației, Direcției Publice de Asistență și Protecție Socială Motru, reprezentanți ai Poliției Motru și coordonatorul Centrului de Prevenire Evaluare și Consiliere Antidrog Gorj.

Aceștia le-au explicat copiilor ce înseamnă substanțe interzise, abuzul de substanțe și efectele lor nocive

asupra organismului, consecințele asupra sănătății, participării școlare și sociale.

Cu ajutorul prezentării ”DE LA INOCENT LA DEPENDENT” am încercat să le arăt copiilor motivele ce determină un tânăr *inocent* să devină *dependent*, sugerându-le să practice diverse alte activități care să le ocupe timpul liber, precum sportul, activități de voluntariat sau participarea la diverse cluburi educaționale.

Elevii au recitat poezii sugestive, au completat chestionare, au jucat într-o scenetă cu mesaj antidrog, au cântat și au răspuns



întrebărilor adresate de specialiști.

Cu toții au înțeles că trebuie să stea departe de substanțele prezentate, iar când cei din anturajul lor au nevoie de ajutor să se adreseze cu încredere autorităților pentru a se putea interveni la timp.

Mediator școlar,  
Popescu Cristina

## Campanie educațională "Internetul în viața noastră!"

Cu ocazia **Zilei internaționale a Internetului (29 octombrie 2019)**, în perioada **28 octombrie – 16 noiembrie 2019**, s-a desfășurat la **Liceul Tehnologic Bălteni** campania "Internetul în viața noastră".

Scopul a fost de a atrage atenția populației școlare (elevi de gimnaziu și de liceu) asupra necesității de a utiliza *Internetul* echilibrat și rațional. Problematika timpului petrecut pe internet a fost abordată din perspectiva promovării unui stil de viață sănătos, fără a minimiza **avantajele utilizării**.

Accentul a căzut pe fenomenul dependenței de internet, descrisă ca o utilizare necontrolată a acestuia, fapt ce poate duce la "extenuare, dizabilități funcționale și tulburări psihiatrice". Prin utilizarea necontrolată a internetului, elevii sunt supuși la o serie de riscuri:



Caracterul necenzurat și dificultățile întâmpinate în evaluarea critică a informației difuzate;  
Potențialele pericole asociate cu oferirea de detalii personale sau cu stabilirea unor întâlniri personale cu indivizi întâlniți on-line;  
Efectele expunerii la site-uri care incită la ură și violență;  
Scăderea performanțelor școlare corelate cu statul noaptea până târziu pe *Internet*, oboseala, singurătatea.  
Etapile campaniei au constat în activități de consiliere de grup sub forma **Cafenelei publice și a**

**exercițiului Portocala timpului**, la final elevii participând la un concurs de postere.

La concurs au luat parte atât elevii din clasele IX -XII cât și cei din clasele V - VIII de la Școlile Gimnaziale Moi, Bălteni și Peșteana – Jiu, precum și numeroase cadre didactice.

Urmare a acestei campanii au fost identificate o serie de soluții pentru diminuarea utilizării excesive a *Internetului*: activități în aer liber, protejarea identității, stabilirea unui program și respectarea cu rigoare a acestuia, practicarea unui sport, identificarea unui hobby etc.

Prof. consilier școlar,  
Ciobanu Anamaria



## Metafora în consiliere

*Motto: "Poveștile, ca instrumente educaționale, au fost principala metodă de educare și socializare în istoria umană."*



În psihoterapie, metafora / alegoria este definită ca o istorisire reală sau fictivă care are ca scop informarea, educarea, vindecarea, dezvoltarea. Obiectivul este "să păcălească" individul prin blocarea mecanismelor sale de apărare și intrarea în contact cu inconștientul și multitudinea de soluții depozitate în acesta.

Povestea asigură copiilor, prin caracterul său imaginar, un spațiu securizat, în care ei pot da viață tuturor dorințelor, fricilor, emoțiilor, fără teama de a li se întâmpla ceva negativ. Identificându-se cu personajul principal, copiii se luptă cu obstacolele, iar victoria personajului le

inspiră încredere în propriile acțiuni.

Poveștile terapeutice sunt indicate și sunt eficiente indiferent de vârsta sau nivelul de școlarizare al elevilor.

O poveste trebuie să influențeze pozitiv și constructiv caracterul, trebuie să transmită un mesaj moralizator, să înveselească.

Poveștile contribuie enorm la educația copiilor clădind caractere puternice, însuflând curaj și principii morale fără a neglija iscusința și înțelepciunea.

Cu alte cuvinte, poveștile focalizează atenția către aspectele pozitive ale vieții, fără a nega dificultățile, oferindu-i răspunsuri și soluții cu

ajutorul cărora copilul să lupte împotriva obstacolelor reale.

*"Maturizarea omului înseamnă să-și recâștige seriozitatea pe care a avut-o la joacă, atunci când a fost copil."* Friedrich Nietzsche

Prof. consilier școlar,  
Magherescu Liliana





## Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Gorj

### C.J.R.A.E. GORJ

Localitatea Tg-Jiu  
Strada Tismana Nr. 1 A,  
Județul Gorj

Telefon: 0253 .210.313

Fax: 0253.210.313

E-mail: office@cjraegorj.ro

”Învățând pe alții, învățăm și noi.

”

*Centrul Județean de Resurse și Asistență Educațională Gorj este o unitate conexă a învățământului preuniversitar, cu personalitate juridică, subordonat Ministerului Educației Naționale și coordonat metodologic de Inspectoratul Școlar Județean Gorj.*

*CJRAE Gorj reprezintă o instituție de învățământ special integrat specializată în oferirea, coordonarea și monitorizarea de servicii educaționale specifice acordate copiilor/elevilor, cadrelor didactice, părinților și membrilor comunității, pentru a asigura tuturor accesul la o educație de calitate, precum și asistența necesară în acest sens.*

#### **ECHIPA DE REDACȚIE**

Redactor Șef: Tulpan Claudia Ofelia

Redactori: Istratie Mădălina

Corectură:

Prof. consilier școlar: Țucă Irina

Mediator școlar: Popescu Cristina

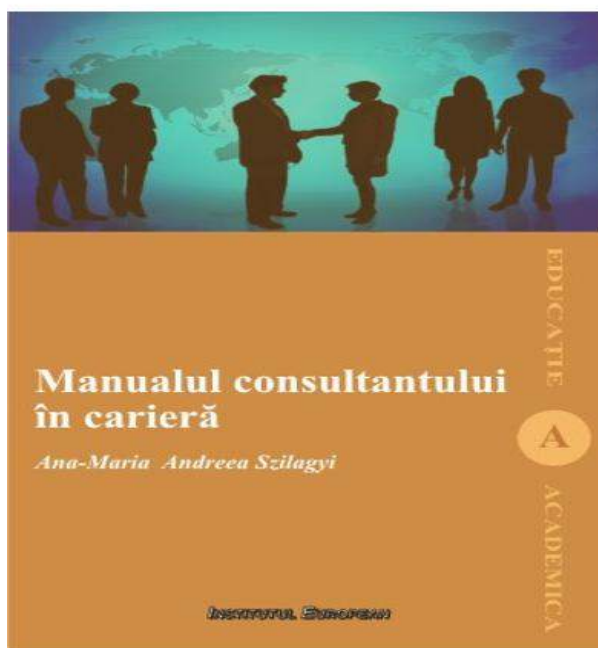
## CARTEA LUNII

### PUNCTUL DE DOCUMENTARE

vă recomandă cartea:

Documentarist,

Istratie Mădălina



Din cuprins:

- ◇ Dezvoltarea carierei - teorii;
- ◇ Abilitati de comunicare și procesul de suport în consiliere;
- ◇ Procesul de evaluare în consilierea în carieră;
- ◇ Procesul de training și programele de dezvoltare a carierei;
- ◇ Decizia și planificarea. Strategii de căutare a unui loc de muncă;
- ◇ Piața muncii;
- ◇ Probleme etice și legale în consilierea în carieră.